कुन्दनिका कापडीआ

# परम समीप

अनुवाद

नंदिनी महेता

पूज्य पुष्पा बहिन जी

व

प्रेमा बहिन जी को

सादर - सप्रेम भेंट

[illegible] ने भेजा॥

कृष्णा

१५-४-८३

# परम समीप

संपादन
कुन्दनिका कापडीआ

हिंदी अनुवाद
नंदिनी धीरजलाल मेहता

मुख्य विक्रेता
**नवभारत साहित्य मंदिर**
१३४, प्रिन्सेस स्ट्रीट, बम्बई–४०० ००२.
देरासर के पास में, गांधी रोड, अहमदाबाद–३८० ००१

PARAM SAMIP (A Collection of prayers)
by Kundanika Kapida



संपादन
कुन्दनिका कापडीआ
नंदीग्राम (जि. वलसाड) – ३९६ ००१

हिंदी अनुवाद :
नंदिनी धीरजलाल मेहता

हिंदी अनुवाद : 1992
(गुजराती आवृत्ति
1982–83–84–85–88–91–92)

मूल्य : ४५–०० रूपये

प्रकाशक :
हसुमती ए. शाह
अमी पब्लिकेशन्स
बाला हनुमान, गांधी रोड
अहमदाबाद –३८० ००१

मुद्रक :
सुहास प्रिन्टेक प्रा. लि.
४, सहजानंद एस्टेट,
ईसनपुर, नारोल हाइवे, अहमदाबाद.

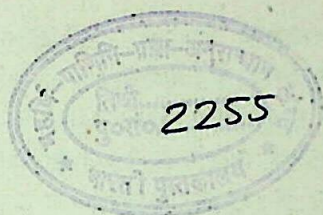
लेसर कंपोझ :
कॉसमॉस पब्लिकेशन्स
जनपथ शोपिंग सेन्टर,
अहमदाबाद–३८० ०१५

आदरणीय परमस्नेही

श्री मकरंद भाई

को

७० वें जन्मदिन पर

सादर समर्पित

# अंतरकी वाणी

वैसे तो, प्रार्थना, हमारे अंतर और अंतर्यामी के बीच का नीरव संवाद है ; किंतु कभी कभी हमारी भावनाएँ और हमारा प्रेम अभिव्यक्ति के लिए शब्दों का सहारा ढूँढता है । इसी कारण ऋषि–मुनि, संत, महान भक्त और साधारण जन – सभी के कंठ से परमात्मा को संबोधित करती वाणी प्रकट होती रही है । ईश्वर के प्रति व्यक्तिगत संबंध के आधारपर लिखी गयी इन प्रार्थनाओं में भगवत् प्रेम है, उस प्रेमका आनंद है, ह्रदय का रिश्ता है, कठिन घड़ी में सहायता की याचना है और अंधेरे से प्रकाश की ओर जाने की अभीप्सा भी है ।

अमेरीकन लेखिका हेलन स्टीनर राइस की ऐसी प्रभुप्रेमयुक्त कविताओं की पुस्तिका एक बार हाथमें आयी तब उनके सहज – सरल उद्गारों में भरी गहरी भावनाओं से ह्रदय भीग गया। मनमें विचार आया कि हमारे यहाँ प्रार्थना के भाव व्यक्त करनेवाले श्लोक, स्तोत्र, स्तुतियाँ, काव्य रचनाएँ हैं किंतु रवीन्द्रनाथ टेगोर की कविताओं के अलावा, भगवान के साथ सीधी बातचीत करनेवाली, आत्मनिवेदनात्मक रचनाएँ बहुत कम हैं । ऐसा कोई संग्रह गुजराती भाषा में भी कदाचित् नहीं है ।

इसी विचार से प्रस्तुत संकलन की प्रेरणा मिली ।

परिणाम : परम समीप –

इस संकलन की प्रार्थनाएँ पाँच हिस्सों में विभाजित हैं । प्रथम विभाग (१–१०) में वैदिक –पौराणिक प्रार्थनाएँ हैं ;

दूसरे विभाग (११–३७) में संत ज्ञानेश्वर से गुरुदयाल मल्लिक तक के प्रसिद्ध

संत–भक्तों के उद्‌गार हैं ; तीसरे विभाग में (३५–४६) में मुख्यरूप से विदेशी लेखकों–कवियों के भावनिवेदन हैं । चौथे विभाग (४७–८०) में तथा पांचवे विभाग (८१–९९) में जो रचनाएँ हैं उनमें से कई मैंने स्वतंत्ररूप से लिखी हैं और कुछ अंग्रेजी की कई प्रार्थना–पुस्तकें पढ़ने के बाद उनकी छाया में लिखी गयी हैं । पांचवे विभाग की रचनाएँ विशेष परिस्थिति, प्रसंग या व्यक्ति के अनुसंधान में लिखी गयी हैं । इनकी रचना में मुझे निम्नलिखित पुस्तकों की सहायता मिली है :

द प्रेयर्स आय लव (सं. : डेविड रेडिंग) ; प्रेयरफुली (हेलन स्टीनर राइस) ; द प्लेन बुक ऑफ प्रेयर्स (विलियम बार्कले); ए वूमन्स बुक ऑफ प्रेयर्स (रीटा स्नोडन) ; प्रेयर्स ऑफ लाइफ (मिचेल क्वॉइस्ट) इत्यादि । इनके अलावा युनिवर्सल प्रेयर्स (स्वामी यतीश्वरानंद), रूद्रष्टाध्यायी, भागवत, भारत के संत महात्मा (रामलाल), कल्याण विशेषांक, प्रार्थनाप्रसाद (प्र. शारदाग्राम) गीतांजलि–नैवेद्य (रवीन्द्रनाथ टेगोर), आश्रमभजनावलि तथा "नवनीत" (गुजराती डायजेस्ट) के अठारह वर्षो के अंकोंसे रचनाएँ पसंद की हैं; इन सबके लिए मैं उन–उन पुस्तकों के संपादक–प्रकाशकों की आभारी हूँ । श्री अरविंद आश्रम (पांडेचरी) वालों ने माताजी की "प्रेयर्स एंड मेडिटेशन" पुस्तिका से तीन प्रार्थनाओं के "दक्षिणा" में प्रकाशित अनुवाद छापने की अनुमति दी – मैं उनका आभार मानती हूँ । उपरोक्त में से कई किताबें सुहृद श्री हमीर विसनजी तथा अमुलख अमीचंद विविधलक्षी विद्यालय के श्री जगुभाई शेठ ने मुझे उपलब्ध करवाईं – मैं उनकी आभारी हूँ ।

प्रार्थना जीवन की शक्ति है । विषम परिस्थिति में, शोक में, हताशा में असहाय परिस्थिति में, अंधकार के आवरण में डूबे हुए मनुष्य को, सच्चे हृदय से, गहरी भावना से की हुई प्रार्थना, उस स्थिति में से उबारकर एक महत् चैतन्य के साथ उसका संबंध जोड़ देती है । यह मात्र मेरी श्रद्धा नहीं है, प्रतीति है कि भगवान हमारी प्रार्थना सुनता है और अपने ढंगसे उसका जवाब भी देता है । इस पुस्तक को पढ़कर प्रभु के प्रति अभिमुख हो सकेंगे तो मुझे आनंद होगा ।

कुन्दनिका कापडीआ

नादेग्राम
धरमपुर रोड, पोस्ट वांकल
(जि. वलसाड) 396 007

# मेरा निवेदन

प्रार्थना का परिचय माँ के गर्भ से हुआ होगा । फिर बचपन में बड़ों की सीख या देखादेखी प्रार्थना की होगी । लेकिन ज्यों ज्यों उम्र के मुकाम पार करती गयी, प्रार्थना मेरी अपनी उमंग और अपनी जरूरत बनती गयी । प्रार्थना जीवन का अंग भी है और आलंब भी । मेरा मानना है कि संसार की सारी प्रार्थनाएँ अतिसुंदर, अतिमधुर होती हैं, क्यों कि वे शब्दों में बंधी होकर भी शब्दों की मोहताज नहीं । हमारे मनमें हरसमय प्रार्थना के भाव बने रहते हैं, उन्हें प्रकट करने का और दूसरों को उसमें हिस्सेदार बनाने का अपना आनंद है । 'परम समीप' जब पहलीबार पढ़ी, बहुत ही अच्छी लगी, इसका हर शब्द हृदय को छू गया । लगा, ओह ! मैं भी तो ऐसा कितना कुछ कहना चाहती थी, किंतु कह नहीं पाती थी । जो वाणी मुझे इतनी अधिक अपनी लगी उसे हिंदी पाठकों तक पहुँचाने का यह प्रयत्न है ।

उस पुस्तक के अनुवाद की मूल प्रेरणा और सुझाव स्नेही कुन्दनिकाजी का ही था । अनुवाद में उनका पूरा योगदान रहा और इसके हर शब्दको उन्होंने जाँचा – परखा है । बल्कि उसे स्वयं ही लिखा है ऐसा कहूँ तब भी अतिशयोक्ति न होगी । इस पुस्तक ने मुझे आदरणीय मकरंदभाई का आशीर्वाद और सान्निध्य प्राप्त कराया इतना ही नहीं यह पुस्तक तो मेरी अपनी कविता की जननी है । मकरंदभाई, कुन्दनिकाबहन और कविता ने मुझे अंतर्बाह्य आनंद में सराबोर कर दिया है । दोनों प्रियजनों को आदरपूर्वक प्रणाम ।

बंधु कुमार प्रशांत, भाई देवीशंकर गुप्त और श्री धनजीभाई को हृदय से धन्यवाद देती हूँ । मैं श्री रमेश जैन की आभारी हूँ । मेरे पति धीरू मेहता, बेटी मैत्री और बेटा नीरद मेरे हरकाम के हरघडी के साझेदार हैं, प्रेरणास्रोत हैं और मददगार भी – इनके बगैर तो मैं कुछ कर ही नहीं सकती ।

नंदिनी मेहता

३, गोरा गांधी अपार्टमेंट,
३, लेबरनम रोड, गामदेवी
मुंबई
फोन – 3625725

प्रार्थना करना माने
शब्दों को दुहराना नहीं
प्रार्थना माने, परमात्मा के साथ गोष्ठी
परमात्मा का चिंतन और अनुभूति ।

— स्वामी रामतीर्थ.

प्रार्थना याचना नहीं है
आत्मा की पुकार है
प्रार्थना, बुढ़ापे का
फुर्सत का मनोरंजन नहीं है,
प्रार्थना हृदय का जुड़ना है ।

— गांधीजी.

१

असतो मा सद्‌गमय
तमसो मा ज्योतिर्गमय
मृत्योर्मा अमृतं गमय

असत्य में से ले जाओ मुझे सत्य की ओर
अंधकार में से ले जाओ मुझे प्रकाश की ओर
मृत्यु में से ले जाओ मुझे अमृत की ओर

(शतपथ ब्राह्मण १४.४.१.३०)

## २

तेजोऽसि तेजो मयि धेहि
वीर्यमसि वीर्य मयि धेहि

बलमसि बलं मयि धेहि
ओजोऽसि ओजो मयि धेहि

मन्युरसि मन्युं मयि धेहि
सहोऽसि सहो मयि धेहि .

तुम तेजस्वरूप हो, मुझे तेज प्रदान करो
तुम वीर्यस्वरूप हो, मुझे वीर्य प्रदान करो

तुम बलस्वरूप हो, मुझे बल प्रदान करो
तुम ओजस्वरूप हो, मुझे ओजस प्रदान करो

तुम पुण्यप्रकोप हो, मुझे पुण्यप्रकोप दो
तुम सहिष्णु हो, मुझे सहिष्णुता प्रदान करो.

(यजु. १९–९)

३

यदेमि प्रस्फुरन्निव दतिर्नध्मातो अद्रिवः
मृडा सुक्षत्र मृडय
कत्व समह दीनता प्रतीतं जगमा शुचे
मृडा सुक्षत्र मृडयअपां मध्ये तस्थिवांसं तृष्णाविदज्जरिताम्
मृडा सुक्षत्र मृडय
हवा से भरे गुब्बारे की तरह मैं फूला फूला रहता हूँ ।
मुझे क्षमा करो ।
हे महान प्रभु ! मुझे क्षमा करो,
कृपा करो ।
मेरी दयनीय स्थिति के कारण मैं उलटे मार्गपर चलता रहा ।
हे पवित्र और शक्तिशाली प्रभु मुझे
क्षमा करो, कृपा करो ।
जल के बीच रहते हुए भी मैं प्यासा हूँ । हे महान प्रभु,
क्षमा करो, कृपा करो ।

( ऋ. ७ – ८९ : २–४)

दते दंह मा
मित्रस्य मा चक्षुषा सर्वाणि भूतानि समीक्षान्ताम
मित्रस्याहं चक्षुषा सर्वाणि भूतानि समीक्षे
मित्रस्य चक्षुष समीक्षामहे

हे परमात्मा
मुझे शुभ कार्य में दृढ़ता प्रदान करो
सब प्राणी मुझे मित्र की दृष्टि से देखें
मैं भी सब प्राणियों को मित्र की दृष्टि से देखूं
हम सब एक–दूसरे को मित्र की दृष्टि से देखें.

o

हृदे त्वा, मनसे त्वा

हे देव हृदय की स्वस्थता के लिए मन की स्वच्छता
के लिए, हम तेरी उपासना करते हैं।

o

मनसः काममाकूतिं वाचः सत्यमशीयं

मेरे मन के संकल्प और प्रयत्न पूर्ण हों
मेरी वाणी सत्य व्यवहार करने में समर्थ हो

o

अप ध्वान्तमूर्णुहि पूर्धि चक्षु :

अंधकार दूर करो, प्रकाश का प्रसार करो

(यजु. ३६–१८, ३९–४, ३७–१९ साम. ३–९–७)

यत्रानन्दाश्च मोदाश्च मुदः प्रमुद आसते
कामस्य यत्राप्ता कामा, तत्र माममृतं कृधि
ईन्द्रायेन्दो परिस्रव

जहां आत्मिक और भौतिक आनंद, मोद और प्रमोद पूरे हुए हैं और जहां कामनाओं की भी कामना पूर्ण होती है, उस अमृतलोक में मुझे अमर बनाओ।
हे आनंदमय, मुझ सत्वशील
पुरुष के लिए आनंद – प्रवाह होकर बहो।

(ऋ. ९ : ११३ : ११)

ooo

भद्रं नो अपि वातय मनो दक्षमुत क्रतुम्

हे देव, हमारे मन को शुभ संकल्पवाला बनाओ
हमारी अंतरात्मा को शुभ कर्म करनेवाला बनाओ
और हमारी बुद्धि को शुभ विचार करनेवाली बनाओ

(ऋ. १० : २५ : १)

ooo

आ नो भद्रा क्रतवो यन्तु विश्वतः
हमें कल्याणकारी कर्म सर्व दिशाओं से प्राप्त होते रहें।

(ऋ. १ : ८९ : १)

६

नमः शम्भवाय च मयोभवाय च
नमः शंकराय च मयस्कराय च
नमः शिवाय च शिवतराय च

सुखकारी को नमस्कार, कल्याणकारी को भी नमस्कार
सुख के आगर को नमस्कार, कल्याण के आगर को भी नमस्कार
मंगल–स्वरूप को नमस्कार, चरम मंगल–स्वरूप को भी नमस्कार

नमः पर्याय चावार्याय च
नमः प्रतरणाय चोतरणाय च
नमस्तीथर्याय च कूल्याम च
नमः शष्प्याय च फेन्याय च

उस पार रहनेवाले को नमस्कार, इसपार रहनेवाले को नमस्कार,
जल में तारनेवाले को नमस्कार, उसपार उतारनेवाले को नमस्कार,
जो तीर्थ में और नदीतट पर रहते हैं उन्हें नमस्कार,
जो नरम घास में और लहरों के फन में हैं उन्हें नमस्कार ।

नमः सिकत्याय च प्रवाह्याय च
नमः किंशिलाय च क्षयणाय च
नमः कपर्दिने च फुलस्तये च
नमः हरण्याय च प्रपथ्याय च

रेत में विद्यमान को नमस्कार, प्रवाह में बहनेवाले को नमस्कार
कंकड़ में खेलनेवाले को नमस्कार, स्थिर जल में बसे हुए को नमस्कार
जो जटाजूटधारी हैं, सर्वांतर्यामी हैं, उन्हें नमस्कार
जो मरूभूमि में रहते हैं और राजमार्ग पर विचरते हैं उन्हें नमस्कार

नमः शुष्काय च हरित्याय च
नमः पांसव्याय च रजस्याय च
मना लोप्याय च उलप्याय च
नमः ऊव्र्याय च सूर्व्याय च

सूखे काष्ठ में और हरे वृक्ष में विराजमान को नमस्कार
धूल में जो खेलते हैं और पुष्प पराग में महकते है उन्हें नमस्कार
अगम्य प्रदेश में अदृश्यरूप से रहनेवाले को नमस्कार
तृणाच्छादित भूमि में विहरनेवाले को नमस्कार
पृथ्वीरूप से सबको धारण करनेवाले को नमस्कार
प्रलयाग्नि के रूप में विश्व का संहार करनेवाले को नमस्कार

(रूद्राष्टाध्यायी : ४१-४२-४३-४५)

७

यस्मिन्निदं यतश्चेदं येनेदं य इदं स्वयम्
योऽस्मात्परस्माच्च परस्तं प्रपद्ये स्वयम्भुवम्

जिनमें यह जगत् रहा है, जिनसे यह जन्म लेता है,
जो जगत् की रचना करता है, स्वयं जगत्–स्वरूप है,
और कार्य–कारण से परे है, उस स्वयं सिद्ध भगवान की शरण लेता हूँ

कालेन पंचत्वामितेषु कृत्सन्शो
लोकेषु पालेषु च सर्वहेतुषु
तमस्तदासीद्गहनं गभीरं
यस्तस्य पारे भिविराजने विभु :

समग्र लोक, उनके पालन एवं उनके सारे कारण जब कालक्रम से नष्ट हुए थे तब घोर गंभीर अंधकार ही था । इस अंधकार के उसपार बिराजनेवाले प्रभु (मेरी रक्षा करो)

तस्मै नमः परेशाय ब्रह्मणे नन्तशक्तये
अरूपायोरूपाय नम आश्चर्यकर्मणे

अनंत शक्तिवाले परमेश्वर परब्रह्म को नमस्कार ।
रूपरहित फिर भी अनेक रूप धारण करनेवाले और
आश्चर्यपूर्ण कर्म करनेवाले उस प्रभु को मेरे नमस्कार ।

नम आत्मप्रदीपाय साक्षिणे परमात्मने
नमो गिरां विदूराय मनश्चेतसामपि

जो स्वयं–प्रकाशी हैं, सर्व–साक्षी हैं, वाणी, मन और
चित्त से जो दूर हैं, उस परमात्मा को मेरा नमस्कार ।

नमो नमस्ते खिलकारणाय, निष्कारणायाद्भुतकारणाय
सर्वाग्मान्मायमहार्णवाय नमो पवर्गाय पराणयाय

आप समस्त के मूल कारण हैं, आपका कोई कारण नहीं है,
आप अद्भूत कारणरूप हैं । आप सभी शास्त्रों के
महान सागर हैं ।
मोक्ष–स्वरूप और संतजनों के आश्रय हैं ।
आपको मेरा नमस्कार ।

( भागवत )

## ८

नमस्ते सते ते जगत्कारणाय
नमस्ते चिते सर्वलोकश्रायाय
नमोऽद्वैततत्त्वाय मुक्तिप्रदाय
नमो ब्रह्मणे व्यापिने शाश्वताय

जगत के कारणरूप, सत्स्वरूप सर्वलोक के आश्रयरूप
चेतनस्वरूप को नमस्कार। मुक्ति देनेवाले अद्वैततत्त्व को,
सर्वव्यापी शाश्वत ब्रह्म को नमस्कार ।

०

त्वमेकं शरण्यं त्वमेक वरेण्यम्
त्वमेकं जगत्पालकं स्वप्रकाशम्
त्वमेकं जगत्कर्तृपातृ प्रहर्तृ
त्वमेकं परं निश्चलं निर्विकल्पम्.

तुम ही एक शरण लेने योग्य हो, तुम ही एक वरण करने योग्य हो ।
तुम ही एक जगत् के पालक हो और स्वयं के प्रकाश से प्रकाशमान हो ।
तुम ही इस जगत् के कर्ता हो, पोषक हो और संहारक हो ।
तुम ही एक परम निश्चल और निर्विकल्प हो ।

(महानिर्वाणतंत्र.)

९

वयं त्वां स्मरामो वयं त्वां भजामो
वयं त्वां जगत्साक्षिरूपं नमामः
सदेकं निधानं निरालंबमीशम्
भवाम्भोधिपोतं शरण्यं व्रजाम :

हम तुम्हारा स्मरण करते हैं और तुम्हें भजते हैं,
जगत् के साक्षीरूप तुम्हें हम नमस्कार करते हैं । सत्स्वरूप
एकमात्र आधार, आलंबन – रहित और इस भवसागर में
नौकारूप हे ईश्वर हम तुम्हारी शरण लेते हैं ।

ooo

त्वमेव माता च पिता त्वमेव
त्वमेव बन्धुश्च सखा त्वमेव
त्वमेव विद्या द्रविणं त्वमेव
त्वमेव सर्वं मम देवदेव.

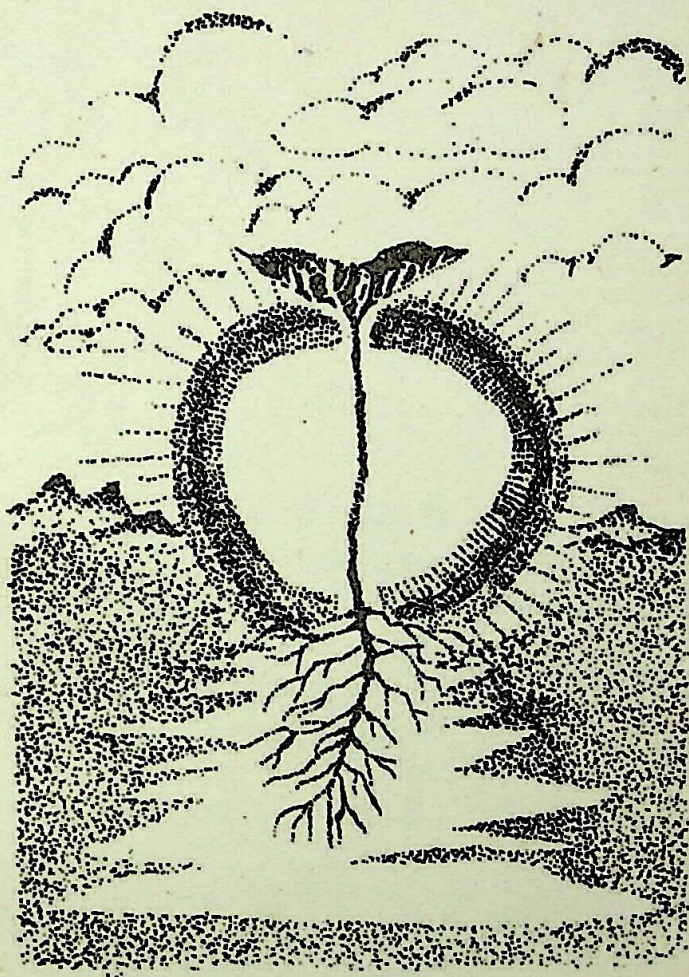
तुम ही हो माता और पिता तुम ही हो
तुम ही हो बंधु और सखा तुम ही हो . .
तुम ही हो विद्या और धन भी तुम ही हो
हे देवों के देव, तुम ही मेरे सर्वस्व हो.

(पांडवगीता)

१०

वाणी गुणानुकथने श्रवणो कथायाम्
हस्तौ च कर्मसु मनस्तव पादयोर्नः
स्मृत्यां शिरस्त्व निवास जगत्प्रणामे
दृष्टिं सतां दर्शने स्तु भक्तनूनाम्

हे प्रभु, हमारी वाणी तुम्हारे गुणों का स्तवन करे, हमारे कान तुम्हारी कथाओं का श्रवण करें हमारे हाथ तुम्हारे सेवाकार्य करें, हमारा मन तुम्हारे चरणों के चिंतन में रहे, हमारा मस्तक तुम्हारे निवासरूप जगत् को प्रणाम करने में रहे, हमारी दृष्टि तुम्हारे मूर्तरूप संतो के दर्शन में रहे ।

(भागवत)

पृथ्वी के गर्भ से प्रकट होती
प्रकाश की ओर जाती
अभीप्सा—यही है प्रार्थना.

११

हे शुद्ध, हे उदार, हे प्रसिद्ध,
हे अखंड आनंद के बरसानेवाले
तुम्हारी जय हो !

विषय–व्याल की पकड़ में जो आ जाता है
वह उठ नहीं सकता है
पर तेरी कृपादृष्टि से
विषय–व्याल भी निर्विष हो जाता है

जब तुम प्रसाद–रस–कल्लोल जगाते हुए
महाप्रवाह के साथ आते हो,
ताप किसको तपा सकता है,
शौक किसको जला सकता है ?

—संत ज्ञानेश्वर

## १२

नाम – संकीर्तन करता हुआ ज्ञानदेव
जब गाढ़ समाधि में बैठा
तब उसने हृदय में ध्यान धरकर
प्रभु से वरदान मांगा :

प्रवृत्ति सहित मेरा अहंकार पिघला दे
मेरे प्रत्येक कार्य में निवृत्ति की छाप लगा दे
मेरा मन अपने चरणों में रहने दे
मेरे देह – इंद्रिय तुम्हीं में लीन हो जायें
मेरा नाम शेष न रहे ।

—संत ज्ञानेश्वर

## १३

कुटिल तजे कुटिलता
प्रीति बढ़े उनकी सत्कर्म में
परस्पर भूतों में व्याप्त हो मैत्री

दुरितों का तिमिर जाये
विश्व को स्वधर्म – सूर्य दीखे
जो चाहे प्राप्त होवे प्राणीमात्र को

सकल मांगल्य बरसाता
ईश्वरनिष्ठों का समुदाय
निरंतर प्राणीमात्र को पृथ्वीपर मिले

कलंकरहितचंद्र
तापविहीनसूर्य
ऐसे सज्जन सर्वदा होवें सबको प्रिय.

—संत ज्ञानेश्वर

## १५

देव, मैं तुम्हारे चरणों में झुका हूँ ।
मैं तुम्हारी........प्रार्थना करता हूँ ।
मेरी आत्मा सांसारिक वस्तुरूपी जहरीले नागके जहर से संतप्त है।
इस धरती पर सबकुछ क्षणभंगुर और नश्वर है,
धन, रिश्तेदर, जीवन, यौवन, संसारका सब नश्वर है,
संतान, परिवार ——— सब अनिश्चित है,
किसीका केई भरोसा नहीं ।
कमलपत्र पर ठहरे जलबिंदु की तरह मन चंचल है;
उसमें दृढ़ता नहीं ।
तुम्हारी कृपादृष्टि में कुछ भी अनिश्चित नहीं
तुम्हारे चरणों की शरणं में भय नहीं
मैं शंकरदेव,
तुम्हें प्रणाम करके प्रार्थना करता हूँ ।
ऋषिकेश, मुझे दुखरूपी संसार–सागर से पार उतारो,
मेरा ह्रदय अपनी ओर उन्मुख करो,
मुझे अपना बना ले, हे कृपामय !
मुझे सत्यका प्रकाश दिखाओ,
मेरा मार्गदर्शन करो ।
तुम मेरा सौभाग्य हो, सर्वस्व हो,
मुझे दुख में से मुक्त करो ।

शंकरदेव

## १५

साधक तीर्थों में ईश्वर को ढूंढ़ते फिरते हैं, लेकिन वे जानते नहीं कि वे स्वयं ही वह हैं——हे आत्मा, तुम्ही परमात्मा हो । परमात्मा हमारे भीतर ही व्याप्त है । तुम जितना अपने आपसे अलग होते जाओगे, उतनी ही हरियाली देख पाओगे ।

मैंने जो कुछ कर्म किये वे पूजा हैं, मैंने जो कुछ भी कहा वे मंत्र हैं । मैं पूजा और मंत्र की प्रतीक बन गयी हूँ । शास्त्र का यही सार तत्व है, किंतु अर्जन और फल दूसरे के हाथ में है । मैं निष्काम होकर, अपने कर्मों को परमात्मा—महादेव के चरणों में समर्पित कर दूँ, तो मैं जहां भी जाऊं, हर एक स्थिति में वह मेरे साथ रहेगा । यदि मेरे हृदय में परम शिव की निर्मल भक्ति होगी, तो किसी की हजार गालियों से भी कभी मेरा चित्त अशांत न होगा । क्या श्वास से उड़े रजकण दर्पण की स्वच्छता को नष्ट कर सकते हैं ?

आत्मज्ञान ही सर्वश्रेष्ठ प्रकाश है । आत्मा में लीन रहना यही परम पवित्र तीर्थ है । परमात्मा ही सर्वोत्तम बंधु है । ईश्वरमय होना, यही परम सुख है ।

समुद्र में कच्चे धागे से नाव को खींच रही हूँ । मेरे परम प्रिय प्रभु सुनेंगे, तो मुझे पार लगायेंगे ।

लल्लेश्वरी.

## १६

जगदम्बा, मैं अपने आपको तुम्हारी कृपा पर छोड़ता हूँ
तुम मुझे सदैव अपने स्मरण में लगाये रखना
इन्द्रियों के सुख मैं नही ढूंढ़ता — मां !
यश या अलौकिक शक्तियाँ मैं नही ढूंढ़ता — मां !
मैं तो सिर्फ तुम्हारे लिए प्रेम चाहता हूँ —
निश्छल प्रेम !
प्रेम, जो इच्छाओं से दूषित न हुआ हो
प्रेम, जो सांसारिक वस्तुओं का मोहताज न हो ।

हे मां,
ऐसा करना कि —
तुम्हारा यह शिशु दुनिया के प्रलोभनों में फंसकर
तुम्हें भूल न जाय ।
हे मां,
ऐसा करना कि —
सुवर्ण या वासना के मोहजाल
मुझे खींचकर न ले जायँ ।

मां, क्या तुम जानती नहीं कि,
तुम्हारे सिवाय मेरा कोई नहीं है ,
तुम्हारे नाम का गान कैसे करूं — यह मैं नहीं जानता
तुम्हारी ओर ले जानेवाली भक्ति या ज्ञान भी
मुझमें नहीं है ——
खालिस प्रेम भी मुझमें नहीं है —
तुम्हारी असीम कृपा से वह प्रेम मुझपर बरसाओ, मां,
यही मैं मांगता हूँ ।

—रामकृष्णपरमहंस

## १७

यह रहा तुम्हारा पुण्य और यह रहा तुम्हारा पाप,
दोनों ले लो, मुझे केवल
अपने प्रति विशुद्ध प्रेम दे दो ।

यह रहा तुम्हारा ज्ञान और यह रहा तुम्हारा अज्ञान,
दोनों ले लो, मुझे केवल
अपने प्रति विशुद्ध प्रेम दे दो ।

यह रही तुम्हारी पवित्रता और यह रही तुम्हारी अपवित्रता,
दोनों ले लो मुझे केवल
अपने प्रति विशुद्ध प्रेम दे दो ।

यह रहा तुम्हारा धर्म, और यह रहा तुम्हारा अधर्म,
दोनों ले लो, मां । मुझे केवल
अपना विशुद्ध प्रेम दे दो ।

—रामकृष्ण परमहंस

१८

मां 'तारा'
क्या ऐसा दिन कभी आयेगा –
जब पुकारते हुए 'तारा' 'तारा'
मेरे नयनों से बहेगी अश्रुधारा ?
हृदय–कमल खिलेगा कभी
अंधकार नष्ट होगा कभी ?

क्या ऐसा दिन कभी आयेगा
जब जमीन पर लोटकर
तुम्हारा नाम जपते–जपते धन्य हो जाऊंगा ?
जब भेदभाव सब छोड़ दूंगा,
जब मन का अवसाद मिट जायेगा ?

हे, वेद की सौ सौ ऋचाओं
मेरी मां 'तारा' निराकार है,
घट–घट में बिराजे है
कहे राम प्रसाद – हे आँखों वाले अंध लोगों,
मां को देखो,
वह तिमिर में तिमिर का हरण कर रही है ।

–रामप्रसाद

## १९

हे प्रभु
मैं नर्क के डर से तुम्हारी पूजा करूँ,
तो तुम मुझे उस नर्क की आग में जला देना,
और स्वर्ग के प्रलोभन से तुम्हारी सेवा करूँ,
तो तुम उस स्वर्ग का द्वार मेरे लिए बंद कर देना,
किंतु यदि मैं तुम्हें पाने के लिए ही
तुम्हारी भक्ति करती हूँ,
तो तुम मुझे अपने अपरिमित सुंदर स्वरूप से
वंचित न रखना।

—राबिआ

## २०

हे परमात्मा !
तुम मुझे अपनी शांति का वाहन बनाओ ।

जहां धिक्कार है वहां मैं प्रेम रोपूं
जहां जख्म है वहां क्षमा
जहां शंका है वहां श्रद्धा
ज्हां हताशा है वहां आशा
जहां अंधेरा है वहां प्रकाश
जहां शोक है वहां आनंद ।

हे दिव्य स्वामी, ऐसा करो कि,
मैं आश्वासन लेना नहीं, देना चाहूँ
कोई मुझे समझे, इससे अधिक मैं दूसरों को समझना चाहूँ
और, कोई मुझे प्यार करे, इससे अधिक
मैं किसी से प्यार करना चाहूँ

क्योंकि –
देने में ही हमें मिलता है,
क्षमा करने में ही हम क्षमा पाते हैं,
मृत्यु पाने में ही हम शाश्वत जीवन में जन्म लेते हैं ।

—संत फ्रान्सिस

## २१

हे नित्यनूतन अनादि सौंदर्य के मूल अधिष्ठता परमेश्वर,
अपने हिस्से का बहुत सा समय गंवा देने के बाद मैंने तुम्हें अपने प्रेमपात्र के रूप मैं स्वीकार किया है । तुम तो हमेशा ही मेरे भीतर विद्यमान थे, किंतु मैं ही तुमसे दूर था । तुमने मुझे अपने पास बुलाया, मुझे पुकारा और मेरा बहरापन दूर किया । तुमने मेरा स्पर्श किया और मेरे मन में तुम्हारे प्रेम–आलिंगन की आकांक्षा जागी । तुम्हारी पूजा में काम न आनेवाली वस्तुओं की जो कामना करते हैं, तुम्हारे प्रति उनका प्रेम अधूरा है ।
हे प्रेमस्वरूप परमेश्वर, अनंत–शाश्वत ज्योति स्वरूप देवता, कृपा करके मेरे हृदय में अपनी अविनश्वर प्रेमज्योति जगा दो ।
मेरे लिये विपत्ति में रहना ही अच्छा है । विपत्ति में मैं स्वस्थ रहता हूँ क्योंकि मेरे लिए परमेश्वर ने ही ऐसा विधान रचा है । हम उसकी इच्छा के विपरीत स्थिति का वर्णन करें तो अपराधी होंगे । ईश्वर ने तो खुद ही ठीक सोचकर ऐसी व्यवस्था की है, जो उचित और न्यायपूर्ण है ।

— संत ऑगस्टिन

## २२

एक गहन नीरव चिंतन में मुझे तुम्हारी ओर उन्मुख होने दे ।
मेरे समग्र स्वरूप को, उसकी सभी प्रवृत्तियों को,
तुम्हारे चरणों में, अर्पित करने दे ।
इन शक्तियों की सारी क्रीड़ाओं को मुझे रोक लेने दे,
समस्त चेतनाओं को इकठ्ठी कर लेने दे,
और फिर उसमें से केवल एक ही चेतना बनी रहेगी
जो तुम्हारे आदेश को सुन सकेगी और समझ सकेगी ,

—— —— ——

प्रभु, मैं निःसंकोच, निराग्रह सर्वथा तुम्हारी हूँ,
तुम्हारा संकल्प पूर्ण और प्रखर रूप में सिद्ध होवे,
मेरा समूचा अस्तित्व उस संकल्प का आनंद से
स्वीकार करता है
और एक स्वस्थता भरी शांति के साथ
उसका आधार लेता है ।

भविष्य के लिए अब मेरे मन में कोई विचार नहीं है
तुम्हारा महा–नियम क्या है –
इसकी नई और सच्ची कल्पना
अब, तुम ही मुझे दोगे ।

परम समर्पणभाव से परम विश्वास से
मैं राह देख रही हूँ –
तुम्हारी वाणी मेरा मार्ग प्रशस्त करे ।

माताजी

२३

प्रत्येक दिन, प्रत्येक पल
नये समर्पण का
पूर्ण समर्पण का सुयोग बना रहे ।

लेकिन उस समर्पण में उत्साह का अतिरेक न हो,
धांधली न हो, क्रिया की अतिशयता न हो,
कार्यका आभास भरा न हो,
वह एक गहन और शांत समर्पण हो ।
इस समर्पण का बाह्य प्रदर्शन जरूरी नहीं, वह तो
प्रत्येक क्रिया के भीतर प्रवेश करेगा और उसे
बदल डालेगा । हमारा मन तो एकचित्त और शांत
होकर सदा तुम्हारे अंदर ही वास करता रहे ।

और उस विशुद्ध शिखरपर से, उसे जग की
वास्तविकताओं का सही और निश्चित रूप
जान लेना चाहिए । जगत् की अस्थिरता और
चंचलता के पीछे जो एकमात्र शाश्वत
वास्तविकता है, उसे देख लेना चाहिए ।

प्रभु, मेरा हृदय विशुद्ध बनकर कष्ट और
व्यथा से मुक्त हुआ है ।
हर वस्तु में वह तुम्हें निहारता है ।
अब हम भले ही किसी भी बाह्य कर्म में लगे हों,
भविष्य में हम चाहे जिस परिस्थिति में खड़े हों,

किन्तु मैं जातनी हूँ कि तुम्हारे ही तत्त्व की हस्ती है,
तुम्हारे अक्षर शाश्वत स्वरूप में
तुम ही एकमात्र सत्य वस्तु हो
और तुम्हारे अंदर हमारा वास है

समस्त भूमंडल पर शांति विराजो ।

—माताजी

## २४

प्रभु
तेरे प्रति मैं सतत सभान रहना चाहती हूँ
और मेरे स्वरूप के नन्हें कोषों में
तुझे प्रत्यक्ष करना चाहती हूँ ।
तुझे मैं अपने खुद के रूप में पहचानना चाहती हूँ ।
तू ही अस्तित्व की एकमात्र वास्तविकता है,
तू ही अस्तित्व का एकमात्र कारण
और एकमात्र लक्ष्य है ।

अतः मेरी यह प्रार्थना है कि,
तेरे लिए मेरा प्रेम बेखटके बढ़ता रहे
और इस तरह मैं सर्व प्रेमस्वरूप बनी रहूँ
और तेरे साथ पूर्णरूप से एक बनी रहूँ ।

यह प्रेम अधिक और अधिक तीव्र बनता रहे,
पूर्णतेजोमय शक्तिमय बनता रहे,

यह प्रेम तेरी ओर बढ़ने के लिए
एक विरोधरहित आवेग बना रहे
तुझे प्रकट करने का एक अजेय साधन बना रहे ।

— — —

तेरे प्रेम से इस बुद्धि को नयारूप मिले
अंत में, तेरा प्रेम,
अपनी शक्ति, तेज, मधुरता और शांति से
सारी वस्तुओं को छलका दे,
आकंठ भर दे, आरपार बींध दे,
पुनर्जीवित कर दे, अनुप्राणित कर दे ।

तेरा प्रेम शांति देनेवाला है
तेरा प्रेम आनंद देनेवाला है
तेरा प्रेम इस सेवक को काम करने की
चालना देनेवाला है ।
तेरा प्रेम विश्व से भी विशाल है
युगयुगान्तरों से अधिक स्थाई है
यह अनंत है, शाश्वत है, यह तू खुद ही है
और मैं तेरे रूप में ही बनी रहना चाहती हूँ
और मैं तेरे रूप में ही हूँ
क्योंकि तेरा नियम ऐसा है,
तेरी इच्छा ऐसी है ।

—माताजी

# २५

हे ! नम्रता के सम्राट !
दीन भंगी की हीन कुटिया के निवासी ।
गंगा, यमुना और ब्रह्मपुत्र के जलों से
सिंचित इस सुंदर देशमें
तुझे सब जगह खोजने में हमें मदद दे ।

हमें ग्रहणशीलता और खुलादिल दे,
तेरी अपनी नम्रता दे,
भारत की जनता से
एकरूप होने की शक्ति और उत्कंठा दे ।

हे भगवन् ! तू तभी मदद के लिए आता है,
जब मनुष्य शून्य बनकर, तेरी शरण लेता है ।

हमें वरदान दे,
कि सेवक और मित्र के नाते
जिस जनता की हम सेवा करना चाहते हैं,
उससे कभी अलग न पड़ जायें ।

हमें त्याग, भक्ति और नम्रता की मूर्ति बना,
ताकि,
इस देशको हम ज्यादा समझें
और ज्यादा चाहें ।

मो. क. गांधी

## २६

हे निगूढ़ जीवन, जो अणु-अणु में स्पंदित हो रहा है
हे निगूढ़ प्रकाश, जो प्राणीमात्र में झलक रहा है

हे निगूढ़ प्रेम, जो सचराचर को एक-सा गले लगा रहा है

जो कोई तुम्हारे साथ एकात्मता का अनुभव कर सके, उसे
इस बात का ज्ञान हो कि —
और सबके साथ भी वह एकात्म ही है ।

— ऐनी बेसंट

## २७

विपत्ति में मेरी रक्षा करो, यह नहीं मेरी प्रार्थना,
विपत्ति में मैं भयभीत न होऊं, यही मेरी प्रार्थना ।

दुख और संताप से मेरा चित्त व्यथित हो जाय, तब
भले ही सांत्वना न दो,
किंतु दुखपर विजय पा सकूं, यही मेरी प्रार्थना ,

मुझे मदद न मिले तो कोई बात नहीं
किंतु बल मेरा टूटे नहीं,

संसार में मेरा नुकसान हो जाय
सिर्फ वंचना ही मुझे मिले
तो मेरा मन उसे हानि न समझे, यही मेरी प्रार्थना ।

मुझे तुम उबारो – – यह नहीं मेरी प्रार्थना
किंतु तैर सकने का बाहुबल मुझे दो –
यही मेरी प्रार्थना ।

मेरा बोझ हलका करके चाहे मुझे सांत्वना न दो
किंतु भार वहन कर सकूं, यही मेरी प्रार्थना ।

सुख के दिनों में नम्र रहकर तुम्हारा मुख पहचान सकूं
दुख की रातों में, जब सारी दुनिया छले मुझे
तब भी तुम तो साथ हो ही,
इसमें मुझे कभी संशय न हो– यही मेरी प्रार्थना ।

–रवीन्द्रनाथ ठाकुर

## २८

रोज सबेरे जब अंधकार के द्वार खुल जायें
तब तुम्हें – मित्र को –. सम्मुख खड़ा पायें ।
सुख के दिन हों या दुख के, या आपत्ति के दिन हों
तुम्हारे साथ मेरा मिलन हुआ तो बस,
अब मुझे कोई चिंता नहीं, अब मैं सबकुछ सह सकूंगा ।

जहां प्रेम नहीं होता वहीं हे सखा,
हम शांति के लिए प्रार्थना करते हैं
क्योंकि अधूरी पूंजी के बल हम बड़े आघात कैसे सह सकेंगे ?

किंतु जब प्रेम उदित होता है –
उस प्रेम की कसौटी
जिस दुःख में, जिस अशांति में हो
उस दुःख को, उस अशांति को, शिरोधार्य कर सकते हैं ।

हे बंधु उपासना के वक्त अब मैं शांति नहीं मांगूंगा,
मैं सिर्फ प्रेम की मांग करूंगा ।

प्रेम शांति के रूप में आये,
वह चाहे किसी भी वेश में आये
मुझे ऐसी शक्ति दो कि:
मैं उसका मुख देखकर कह सकूं –
मैं तुम्हें जानता हूँ, बंधु
मैं तुम्हें पहचानता हूँ – ।

रवीन्द्रनाथ ठाकुर

## २९

अपनी पताका तुम जिसे थमाते हो,
उसे वहन करने की शक्ति भी देते हो ।
तुम्हारी सेवा में प्राप्त कष्ट सहने की भक्ति भी देते हो ।
इसलिए तो मैं पूरे हृदय से मांगता हूँ —
दुःख के साथ – साथ दुःख निवारण की शक्ति ।

तुमसे मिली वेदना के दान की उपेक्षा करके मैं मुक्ति नहीं मांगता । दुःख के साथ यदि तुम भक्ति दो, तो दुःख मेरे लिए मुकुट–मणि बन जायँ ।

यदि तुम मुझे अपने को भूलने न दो, और
मेरे मन को जंजाल में फंसने न दो
तब फिर जितने काम चाहो मुझसे करवा लेना ।

चाहे जितनी रस्सियों से मुझे बांधो
किंतु अपने प्रति मुझे खुला छोड़ देना,
अपनी चरणरज से पवित्र करने के बाद
चाहे मुझे धूल में धर देना,
चाहे भुलावे में डालकर मुझे संसार में डुबोये रखना
किन्तु तुम्हें न भूलने देना ।

जिस मार्ग पर तुमने मुझे भटकने भेजा है
उस मार्ग पर मैं भटकता रहूँगा
किंतु अंत में तो तुम्हारे चरणों में पहुँचूं –
मेरी सारी मेहनत मुझे तुम्हारे पास ले जाये – मेरी थकान
दूर करनेवाले के पास ।

मार्ग दुर्गम है, संसार गहन है ,
कितने त्याग, शोक, विरह, संताप उसमें समाये हैं ।
जीवन में मृत्यु का वहन करके
मैं मृत्यु में जीवन पाऊं,

इस संध्या बेला में–सर्व–आश्रयदाता, तुम्हारे चरणों में
मुझे आश्रय मिले,
ऐसा करना ।

–रवींद्रनाथ ठाकुर

## ३०

तुम्हारी सेवा में यह मेरा अंतिम निवेदन है –
तुम अपनी शक्ति से
मेरी अंतर की गहराइयों में बसी सभी दुर्बलताओं को
छिन्न कर डालो, मेरे प्रभु !

संसार में तुमने मुझे जिस घर में रखा है, उस घर में
सब दुःख भुलाकर मैं रहूँगा ।

दया करके तुम अपने हाथों उसका एक द्वार
दिन-रात खुला रखना ।

मेरे सारे कार्यों में और सारी फुर्सत में
यह द्वार तुम्हारे प्रवेश के लिए होगा ।
हवा उसी द्वार से तुम्हारी चरणरज लेकर आयेगी
उस द्वार को खोलकर तुम अंदर आओगे
उसी द्वार को खोलकर मैं बाहर निकलूंगा ।

और कोई सुख मुझे मिले या न मिले, किंतु यह एक सुख
तुम सिर्फ मेरे लिए रखना ।
यह सुख केवल मेरा और तुम्हारा होगा, प्रभु !
इस सुख के बारे में तुम जागृत रहना ।
दूसरे कोई सुख इसे ढक न दें
संसार उसमें धूल न डाले
सारे कोलाहल से बचाकर
तुम उसे जतन से अपने अंक में छुपाये रखना ।
और सारे सुखों से भले ही भिक्षा की झोली भर जाय
इस एक सुख को तुम सिर्फ मेरे लिए रखना ।

और सब विश्वास चाहे टूट पड़ें, स्वामी,
एक विश्वास सदा चित्त में जुड़ाये रखना ।

जब भी, जो भी अग्निदाह मैं सहन करूं
वह मेरे हृदय में तुम्हारा नाम अंकित कर दे ।

दुःख जब मेरे मर्म को बींधे
तब उसपर तुम्हारे हस्ताक्षर रहें
कठोर वचन चाहे कितने ही आघात करें
उन सारे आघातों में तुम्हारे सुर बजें

हृदय के अनगिनत विश्वास जब टूट जायँ
तब एक विश्वास से हृदय चिपटा रहे ।

—रवींन्द्रनाथ ठाकुर

## ३१

यदि तुमको मैं देख न पाया, प्रभु !
इस बार उस जीवन में
तुम्हें मैंने पाया नहीं
यह बात मुझे याद रहे
यह मैं भूल न जाऊं, वेदना होती रहे –
शयन में, स्वप्न में — — —

इस संसार की हाट में
मेरे जितने दिन बीत जायें
और दौलत से मेरी दोनों अंजलि छलक जायें
तब भी मैंने कुछ नहीं पाया
यह बात मुझे याद रहे
यह मैं भूल न जाऊं, वेदना होती रहे –
शयन में, स्वप्न में — — —

आलसवश मैं रास्ते के किनारे बैठ जाऊं
बड़े जतन से धूल में शैया बिछाऊं
तब, पूरा रास्ता ही अभी बाकी है
यह बात मुझे याद रहे
यह मैं भूल न जाऊं, वेदना होती रहे —
शयन में, स्वप्न में — — —

हास्य से गगन गाजे
चाहे घर में बंसी बाजे
चाहे घर को सुंदर सजायें
तब, तुम्हें घर में ला न सका
यह बात मुझे याद रहे
शयन में, स्वप्न में — — —

रवींद्रनाथ ठाकुर

## ३२

सच्चाई भरे शब्द और स्नेह भरे वचन
निःस्वार्थ मन से जागे विचार
त्वरा से की हुई सेवा और रोके हुए घाव
गुप्त रखा हुआ शोक और बांटा हुआ आनंद –

ऐसे ये सारे फूल मैं चाहता हूँ आज संध्या समय, तुम्हारे
हाथों में प्रसन्नता सें धर सकूं ।

निष्फल हुई आशाओं की कब्रसे जनमी नई आशा
समग्र जगत के कल्याण हेतु प्रयास करती संकल्प शक्ति
एक परमेश्वर को प्रकट करने के प्रयत्न में —
सर्व मनुष्यों को सींचता प्रेम
सारे दुखों से मुक्त भविष्य के सपने
ऐसे ये सारे फूल मैं चाहता हूँ आज संध्या समय,
तुम्हारे हाथों में प्रसन्नता से धर सकूं ।

– सी. जिनराजदास

## ३३

तुम्हारे चरणकमल में यह मेरी प्रार्थना है —
प्रत्येक दिन प्रत्येक घड़ी
अपने स्वर्गीय प्रकाश की शुद्ध, कोमल किरण मुझे बनाओ,
नित्यनूतन, उज्ज्वल, प्रकाशित ।

तरस रहा हूं मैं बनने को तुम्हारी किरण –
सत्य और प्रेम की किरण,
आंसूभरी, अमंगल इस दुनिया में –
तुम्हारी शांति की ऐसी किरण कि जिससे

जो दीन–दलित और विस्मृत हैं
उनके साथ मैं एकरूप हो सकूं,
तुम्हारे बालक जैसा बन सकूं,
सच्चा और मुक्त ।

–टी. एल. वासवानी

## ३४

हे नाथ,
हम दुनिया के कीचड़ में फंसे हुए हैं, उसमें से तुम ही
हमें बाहर निकाल सकते हो । हे प्रभु, कृपा करो ।

हम संसार की ओर कितना ताकते रहते हैं । यह
ताकना कब बंद होगा ? कब हम तुम्हारी ओर
ताकना सीखेंगे ?

हम तुम्हारी ओर एक कदम बढ़ायेंगे तो तुम दौड़कर
दस कदम आगे आओगे
किंतु यह छोटा सा कदम उठाते हुए
शायद हम गिर पड़ें,
इसलिए ऐसा कुछ हो जाय कि –
तुम हमें अपनी गोद में उठा लो
और हम तुमसे लिपट जायँ ।

हम तुम्हारे बन जायँ और तुम हमारे ।
तुम्हारी कृपा होगी तो एकदिन हम भी
तुम्हारी तरफ आयेंगे ।
इतना तो हम जानते हैं कि तुम्हारी कृपा हम पर है,
तुम ही हमारे साथी हो,
तुम ही हमारे सहायक हो, —

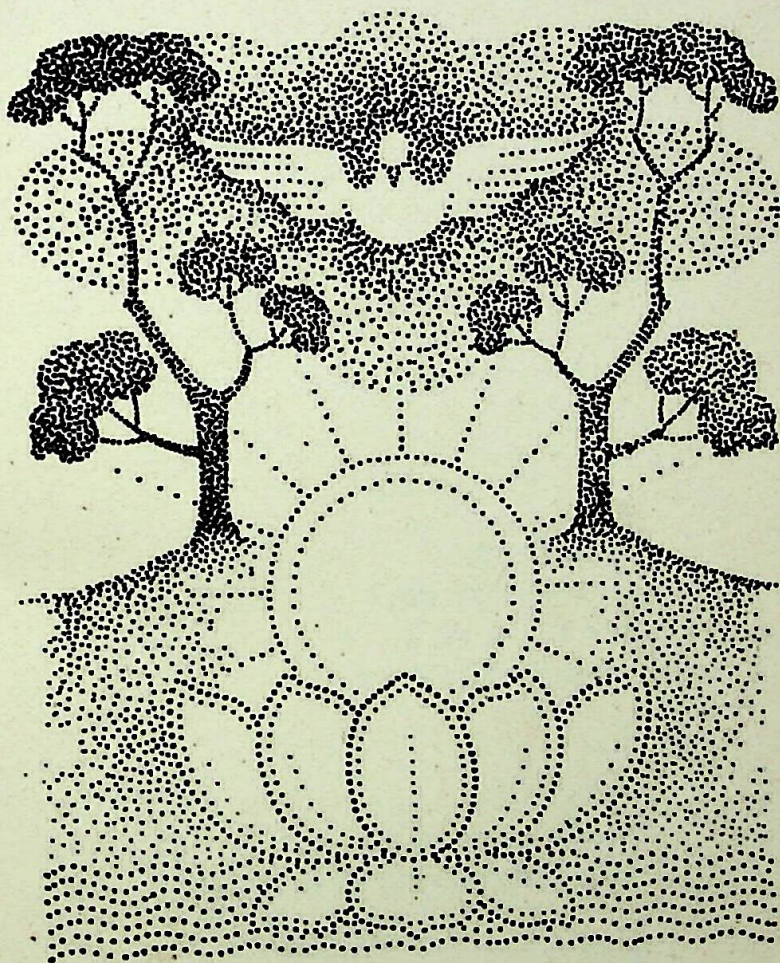
इस बात को हम अच्छी तरह समझें –
ऐसी कृपा करो, कृपा करो, कृपा करो ।

—गुरुदयाल मल्लिक

## ३५

हमें इस लायक बनाओ, हे परमात्मा !
कि दुनिया भर के अपने
उन बांधवों की सेवा कर सकें
जो गरीबी और भूख में जीते –मरते हैं ।

हमारे हाथों उन्हें रोज की रोटी मिले ।
हमारी समझदारी से,
हमारे प्रेम से,
उन्हें शांति और आनंद मिले ।

— मदर टेरीसा

हृदय की नीरव प्रार्थना के पार
परमात्मा की कृपा अपरंपार
सूर्य किरण रूप धरे अवतार

## ३६

हे प्रभु,
मेरे प्रेम को बचाओ
छल करनेवाली बुद्धि-शक्ति से
गुलाम बनानेवाले यंत्रों से
विकृत करनेवाली धन-दौलत से

हे प्रभु,
हमें सिखाओ कि
हम अपने आपको, अब अधिक प्रेम न करें
सिर्फ अपने प्रियजनों को ही चाहकर संतुष्ट न रहें

हे प्रभु,
जिन्हें कोई प्रेम नहीं करता
उनके लिए हमें सोचना सिखाओ
दूसरों के दुःख से हमारे हृदय को घायल करो, प्रभु।

—राउल फिलेरो

३७

मेरा जीवन ले लो, और उसे
तुम्हारे चरणों में समर्पित होने दो, प्रभु ।

मेरे हाथ ले लो, और उन्हें
तुम्हारे प्रेम के संवेग से गतिमान बनने दो ।

मेरे पल और दिन ले लो, और उन्हें
तुम्हारी निरंतर स्तुति में बीतने दो ।

मेरे ये पांव ले लो, और उन्हें
तुम्हारे लिए द्रुत और सुंदर बनने दो ।

मेरी आवाज ले लो, और मुझे
सदैव, सिर्फ मेरे प्रभु के लिए गाने दो ।

मेरे ओंठ ले लो, और उन्हें
तुम्हारे संदेशों से भरा रहने दो ।

मेरी चांदी ले लो, मेरा सोना ले लो
एक कण भी अपने पास न रखूं ।

मेरी बुद्धि ले लो, और मेरी हर शक्ति का
तुम जैसा चाहो उपयोग करो ।

मेरी संकल्पशक्ति ले लो
उसे अपनी बना लो
अब वह मेरी न रहे ।

मेरा हृदय ले लो, वह तो तुम्हारा अपना है ही
उसे तुम्हारा राजसिंहासन बना लो ।

मेरा प्रेम ले लो,
उसके खजाने को तुम्हारे चरणों में उंड़ेल दूं मेरे प्रभु ।

मुझे ही तुम ले लो
और मैं सदैव, सिर्फ, संपूर्णतः
तुम्हारा ही हो जाऊं, प्रभु ।

—फ्रान्सेस रिडले हेवरगल

## ३८

प्रभु, मैं नहीं जानता कि तुम्हारे पास क्या माँगूँ
हे पिता, अपने बालक को वह वस्तु दो
जिसे मांगना, उसे नहीं आता ।

तुम मुझे सूली पर चढ़ा दो
या मुझे शांति दे दो –
दोनों में से कुछ भी मांगने की मेरी हिम्मत नहीं है ।

मैंने तो स्वयं को तुम्हारे सम्मुख धर दिया है ।

मेरी उस जरूरत को तुम समझो जिसका खुद मुझे पता नहीं,
और अपनी करूणामयी कृपा द्वारा जो भी चाहो, करो ।

मुझपर प्रहार करो या चंदन का लेप करो
मुझे धूल में मिला दो या बाहों में भर लो
मैं बिना जाने ही
तुम्हारी मर्जी के आधीन हूँ

में जानता नहीं कि कैसे कहूँ
किंतु अपनी आहुति देने के लिए तत्पर हूँ
मैं स्वयं को तुम्हारे चरणों में समर्पित करता हूँ
तुम्हारी इच्छा पूरी करने के सिवाय मेरी और कोई इच्छा न हो ।

मुझे प्रार्थना करना सिखाओ,
मुझ में रहकर तुम प्रार्थना करो, प्रभु ।

—फेनेलो

## ३९

हे प्रभु, मृत्युपर्यन्त के मार्गदर्शक,
तुमसे हमारी प्रार्थना है —
ऐसी कृपा हम पर करो, कि तुम हमें जहां ले जाओ
हम तुम्हारा अनुसरण करें ।

हमारे रोज के छोटे–बड़े कामों में तुम हमें लगाओ, तब
तुम्हारी आज्ञा के सामने हम अपनी इच्छा को झुकायें
पीड़ा और उत्तेजना में धैर्य रखें
वाणी और व्यवहार में सम्पूर्ण ईमानदारी रखें
नम्रता और सहृदयता से पेश आयें
और
कर्तव्य और पूर्णता के महान कार्यों के लिए जब
तुम हमें पुकारो,
तब हमें इतना ऊंचा उठाओ
कि हम आत्म–बलिदान दे सकें
वीरता और हिम्मत दिखा सकें
तुम्हारे सत्य के लिए
या अपने किसी बंधु के लिए प्राणार्पण कर सकें ।

—सी. सी. रोझेटी

## ४०

भगवान,
मैं जानती हूँ, उससे अधिक अच्छी तरह तुम जानते हो
कि रोज रोज मेरी उम्र बढ़ती जाती है
और एक दिन मैं बूढ़ी हो जाऊंगी ।

हर मौके पर और हर बात पर
मुझे कुछ कहना ही चाहिए,
ऐसा मानने की भयंकर आदत से मुझे बचाओ ।

सभी की उलझनें मैं सुलझा दूं
ऐसी सनक से मुझे मुक्त कर ।

मुझे चिंतनशील बना किंतु धूनी नहीं,
मददगार बना किंतु रौब छांटनेवाली नहीं,
मेरी अक्ल का इतना बड़ा खजाना,
और उसका उपयोग ही न हो, यह कैसी करुणता ।

लेकिन तू जानता है भगवान् कि अतिम दिनों में
मेरे कुछ मित्र तो जरूर बने रहें ।

छोटी–छोटी अंतहीन बातों को दुहराते रहने से मेरे मन को
मुक्त करो !
मुझे ऐसे पंख दे कि मैं सही बात पर सीधे पहुंच जाऊं !
मेरे दुख और दर्द के बारे में मेरे ओंठ बंद कर दे,
वे तो बढ़ते ही जाते हैं !

और जैसे जैसे समय बीतता है, उनको कह सुनाने का
आनंद अधिक मीठा लगने लगता है !

दूसरों की रामकहानी मैं खुशी से सुन सकूं, ऐसी
कृपा तुझसे नहीं मांगनी
लेकिन उन्हें धैर्य से सहने में तू मेरी मदद करना !

मेरी याददाश्त सुधार दे, ऐसा मांगने की मेरी हिम्मत नहीं,
किंतु जब मेरी याददाश्त और दूसरे की याददाश्त
आपस में टकरा जाये, तब,
मेरी नम्रता को बढ़ाना, और मेरी ही बात सही है
ऐसी मेरी जिद को कम करना ।

कभी तो मेरी भी गलती हो सकती है
ऐसा भव्य बोधपाठ मुझे सिखाना !

मुझे संत नहीं बनना है ! उनमें से बहुतों के साथ जीना
बड़ा मुश्किल होता है !
किंतु मुझे साधारण मधुर बनाना,
बाकी हर वक्त झींकते रहनेवाला बूढ़ा व्यक्ति तो सैतान
का सफल सर्जन है ।

अनपेक्षित जगहों पर अच्छी बातें देखने की,
अनपेक्षित लोगों में प्रतिभा देखने की
मुझे शक्ति दे ।

और यह बात मैं उन्हें जता सकूं
इतनी उदारता मुझे दे भगवन् !

— १७वीं सदी की एक ख्रिस्ती साध्वी.

तुम्हें छोड़कर मेरा और कोई मददगार नहीं,
और कोई पिता नहीं, और कोई सहारा नहीं !

मैं तुम्हारी प्रार्थना करता हूँ,
सिर्फ तुम ही मेरी मदद कर सकते हो

मेरी अभी की दुर्दशा बड़ी बुरी है
हताशा ने मुझे घेर लिया है
मुझे कुछ सूझ नहीं रहा है
गहरे दलदल में फंस गया हूँ
उसमें से अपने आप मैं ऊपर नहीं उठ सकता ।
अगर तुम्हारी इच्छा हो तो इस दुर्दशासे बाहर निकलनेमें
मेरी मदद करो ।

मुझे अहसास होने दो, कि
सारी विपत्तियों से
सारे शत्रुओं से तुम अधिक शक्तिशाली हो ।

हे प्रभु, यदि मैं इसमें से बाहर निकलूं तो,

मेरा यह अनुभव
मेरे और मेरे बंधु के लिए कल्याणकारक बने ।

तुम मुझे छोडेंगे नहीं
इतना मैं जानता हूँ ।

—अज्ञात

## ४२

मैंने ईश्वर से शक्ति मांगी
कि मैं सिद्धि प्राप्त कर सकूं

लेकिन मुझे दुर्बल बनाया गया
ताकि मैं आज्ञाकारी बन सकूं ।

मैंने स्वास्थ्य मांगा
कि मैं बड़े काम कर सकूं

मुझे विकलांग बनाया गया
ताकि मैं अधिक अच्छे काम कर सकूं ।

मैंने समृद्धि मांगी
कि मैं सुखी हो सकूं

लेकिन मुझे दरिद्रता दी गई
ताकि मै सयाना बन सकूं ।

मैंने सत्ता मांगी
कि मुझे लोगों की प्रशंसा मिले

लेकिन मुझे निर्बलता दी गई
ताकि मैं ईश्वर की जरूरत महसूस कर सकूं ।

मैंने सब वस्तुएं मांगी
ताकि मैं जीवन का उपभोग कर सकूं

लेकिन मुझे जीवन दिया गया
ताकि मैं वस्तुओं का उपभोग कर सकूं ।

जो मैंने मांगा था वह मुझे कुछ नहीं मिला,
लेकिन जिसकी आशा थी वह सब मुझे मिला
मेरी प्रार्थनाओं का मुझे प्रत्युत्तर मिला

—अज्ञात सैनिक.

४३

प्रभु
देखो, यहां हमारे पूरे परिवार का मेला जुटा है ,

हम तुम्हें धन्यवाद देते हैं –
जहां हम रहते हैं उस घर के लिए
हमें एकत्व की डोर से बांधनेवाले प्रेम के लिए
आज तुमने हमें जो शांति दी है उसके लिए
जिस उम्मीद से हम आने वाले कल की
राह देख रहे हैं, उसके लिए

स्वास्थ्य के लिए
कार्य के लिए
अन्न के लिए

हमारे जीवन को आल्हादक बनानेवाले
उज्ज्वल आकाश के लिए
दुनियां के हर कोने में बसे हुए हमारे मित्रों के लिए ।

हमें हिम्मत, प्रसन्नता और शांतचित्त दो
तुम्हारी मर्जी हो तो
हमारे सारे निर्दोष कार्यों के लिए हमें आशीर्वाद दो,
यदि तुम्हारी मर्जी न हो तो
जो आगत है उसके मुखातिब होने की हमें शक्ति दो,

ताकि हम
भय और जोखमके बीच शूरवीर बनें रहें
विपत्तियों के बीच अविचल रहें
गुस्से के मौके पर धीर बनें
और भाग्य के सारे परिवर्तनों में
मृत्यु के द्वार तक
एक दूसरे के प्रति निष्ठावान और प्रेम से भरे रहें ।

माटी ज्यों कुम्हार के पास
पवनचक्की ज्यों पवन के पास
बालक ज्यों बुजुर्गों के पास

उसी तरह हम तुम्हारे पास
तुम्हारी मदद और कृपा की याचना करते हैं,

—रॉबर्ट लुई स्टीवन्सन

## ४४

परमात्मा,
अपनी सारी योजनाएं और उपदेश
अपनी सारी इच्छाएं और आशाएं
मैं छोड़ देती हूँ

और मेरे जीवन के बारे में
तुम्हारी जो इच्छा हो
उसे स्वीकारती हूँ ।

मैं स्वयं को अर्पण करती हूँ
मेरा जीवन
मेरा सबकुछ
तुम्हें समर्पित करती हूँ
सदैव तुम्हारी बनी रहने के लिए ।

मुझे तुम अपने पवित्र प्राणों से भर दो
और उसपर अपनी मोहर लगा दो ।
तुम चाहो वैसा मेरा उपयोग करो
चाहो वहां मुझे भेजो
किसी भी मूल्य पर, तुम अपनी समग्र इच्छा,
मेरे जीवन में कार्यान्वित करो
अभी और हमेशा के लिए ।

—बेटी स्कॉट स्टेम

## ४५

मैं ऐसी मांग नहीं कर रहा हूँ कि
चिंता और जिम्मेदारी का यह बोझ तुम उठा लो ।

मैं तो उस प्रेम की मांग कर रहा हूँ
जो सब कुछ सह सके, और
श्रद्धा की मांग कर रहा हूँ, जो –
मेरे हिस्से में आयी हर बात को
अच्छी और कल्याणकारी ही समझे ।

क्योंकि
वह सब कुछ उस परमपिता की ओर से ही आता है
जिसका हृदय प्रेम की श्रेष्ठ समृद्धि से, और
जिसके करकमल उदार बहुलता से भरपूर हैं ।

— सी. स्पिट्ट

## ४६

रोज–रोज मैं प्रार्थना करता हूँ –
हे भगवान,
जिस काम को करने की मेरी इच्छा न हो, उस काम को
करने की मुझे फिर से शक्ति दो ।

"किस लिए ?" ऐसा पूछे बिना आज्ञाधीन होकर सिर नवाने की,
सत्य को चाहने और स्वीकारने की
और झूठ को दुत्कारने की
उस बर्फ सी सर्द दुनियां से
आंख मिलाने की
स्पर्धा में जो मुझसे आगे निकल जायँ
उनके लिए खुशी मनाने की
मेरा बोझ आनंदपूर्वक, निर्भय होकर उठाने की
और जिन्हें मेरी मदद की जरूरत हो
उनकी ओर हाथ बढ़ाने की
मैं क्या हूँ – इसका नाप तौल
मैं क्या देता हूं इसपर से निकालने की
मुझे शक्ति दो, भगवान ।
ताकि मैं सही ढंग से जीवन बिता सकूं ।

अज्ञात

४७

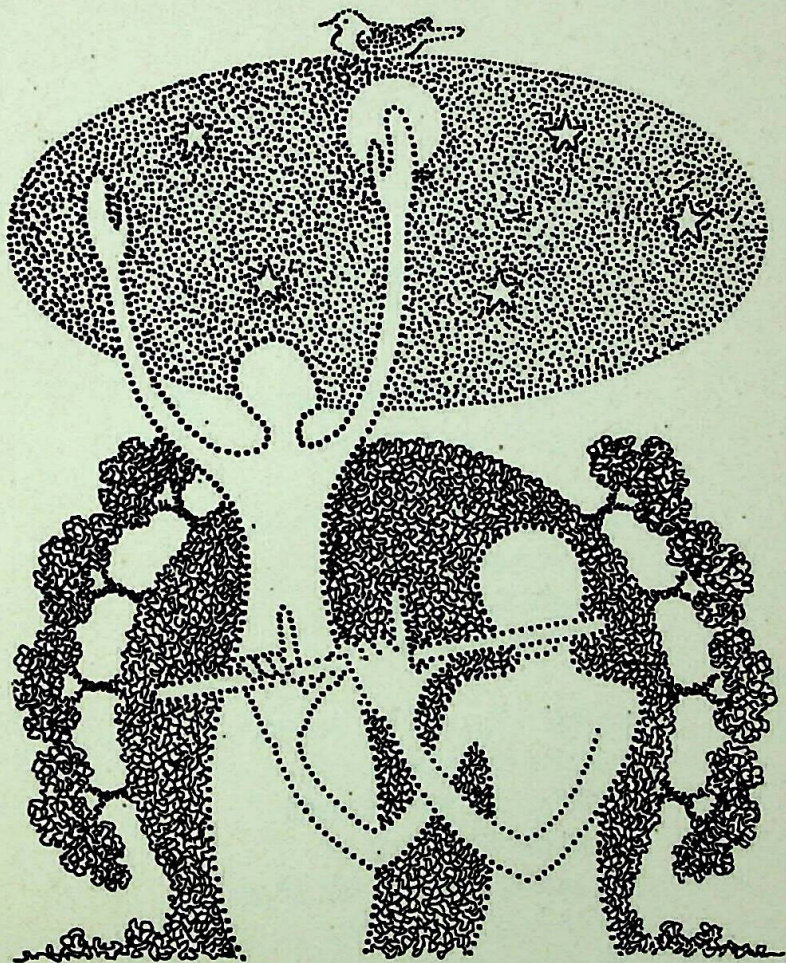
प्रभु
मेरे मस्तक में बसो
और मेरी आंखों में भी

मेरी आंखों में बसो
और मेरी दृष्टि में भी

मेरे मुख में बसो
और मेरी वाणी में भी

मेरे हृदय में बसो
और मेरी भावना में भी

प्रभु, मेरे अंतिम दिनों में मेरे पास रहो
और विदा की बेला में भी ।

—सेरूम मिझेल

बंसरी, तू जरा जो पुकारे
निराकार ब्रह्मांड को पूजता
कोई आकार पधारे

## ४८

हे परमात्मा,
हमारे विचार, हमारी भावना, और हमारे कार्यों का सूत्र
तुम अपने हाथ में लो,
और तुम ही हमें पूरी तरह चालित करो ।

हमारे सब कार्य,
हमारी बुद्धि, हमारी इच्छा, हमारे अहंकार से नहीं —
किन्तु तुम्हारी इच्छा से प्रेरित हों ।

किसी भी कार्य में सफलता या विफलता
तुम्हारी योजनानुसार ही मिलती है
इसे समझने की, स्वीकार करने की,
निर्मलता और नम्रता हमें दो ।

हम किसी के लिए तड़पें नहीं, तरसें नहीं,
किसी चीज के लिए व्याकुल न हों
तुम जिस हालत में रखो, उस हालतमें
शिकायत किये बिना खुश रह सकें —
ऐसी दृढ़ श्रद्धा और समर्पण–बुद्धि हमें दो ।

आखिर, तुम्हें पाना ही तो हमारा लक्ष्य है ।

उसी मार्ग पर हमारी यात्रा दिन–रात आगे बढ़ती रहे
अपने तमस् लोक से निकलकर
तुम्हारे चैतन्य–आलोक की ओर
निरंतर आरोहण करते रहें यही आशीर्वाद हमें दो, प्रभु ।

४९

हे परमात्मा,
आज के उस मंगल – उज्ज्वल प्रभात में –
तुम्हारे चरणों में प्रणिपात करता हूँ
नीरव एकांत में बैठकर,
हजारों विषयों में लिप्त इंद्रियों को अपने में खींचकर
स्थिर होकर, तुम्हारा ध्यान करता हूँ।

प्रत्येक श्वास के साथ तुम्हारा प्रकाश अंदर लेता हूँ,
प्रत्येक उच्छ्वास के साथ अपनी मलिनता बाहर फेंकता हूँ ।
प्रत्येक श्वास के साथ तुम्हारी पवित्रता अंदर लेता हूँ,
मेरी निम्न इच्छाएं और वासनाएं बाहर फेंकता हूँ ।
तुम्हारी कृपा और करुणा ग्रहण करता हूँ,
अपना अहंकार, लोभ और क्रोध बाहर फेंकता हूँ ।

तुम्हारा आनंद और शांति, प्रेम और माधुर्य
मैं अंदर लेता हूँ, और
मेरे शोक और विषाद की धूल
अभिमान और आसक्ति के आवरण
अनुचित कामों में प्रवृत्त करनेवाली दुर्बलता
मैं बाहर निकाल फेंकता हूँ ।

मुझे किसी के प्रति द्वेष नहीं, किसी के प्रति दुर्भाव नहीं
सारे पूर्वाग्रह, अतीत की स्मृतियां, और भविष्य के सपने
चारों ओर से जमा हुए विचार, मंतव्य और प्रतिभाव
मेरे मनमें से झड़ जाते हैं ।

पारे की तरह फिसलता, खिसकता, बिखरता, गिरता,
मेरा मन तुम्हारे स्मरण में रहकर –
स्थिर, शुद्ध सूक्ष्म बन जाता है –

तुम्हारी असीम शाश्वत ज्योति को में भीतर ग्रहण करता हूँ,
अब तक मुझमें रहेनवाले "मैं" को बाहर निकाल देता हूँ ।

मैं तुम्हारे नाम की सांस लेता हूँ, भगवन्
तुम्हारे भाव में स्पदित होता हूँ
तुम्हारी ओर नजर लगाये बैठा हूँ,
तुम्हारे आशीर्वाद की प्रतीक्षा कर रहा हूँ, परम पिता ।

५०

हजारों वस्तुओं में तुमने अपने अंश को प्रगट करके
अपने आप को छिपा रखा है ।

आकाश की नीलिमा में, मेघ की सुषमा में,
प्रभात के उजाले में
और संध्या के रंगों में, सूर्य–चंद्र, तारा–नक्षत्रों में,
प्रगाढ़ अंधकार के उच्छ्वास में, पृथ्वी की गति में और
तारा–मंडलों की असीम लीला में –
तुमने अपना ही अंश प्रकट किया है ।

छायादार वृक्ष, रंगसुगंध के नीरव गीत–से फूल,
पैरोंतले की मुलायम घास, किनारों को छलकाती नदी का गुंजन,
ज्वालामुखी का लावा, बरफ के तूफान, और भूकंप –
इन सब में तुम्हारा ही रम्य और रौद्र अंश प्रकट हुआ है ।

अनंत जीवों से भरी यह सृष्टि
जन्म, जीवन–मरण का यह खेल
विविध चेहरे और विविध वाणी
चैतन्य का अखंड प्रवाह और
अनंतकाल से मनुष्य की सही हुई यातनाओं के बीच
कई बार झलकी हुई अद्‌भुत आत्मशक्ति में
तुम ही अंशरूप प्रकट हुए हो ।

हम तुम्हें देख ऩहीं सकते
किंतु यह सब जो हम देखते हैं, वह तुम ही हो
तुम यह भी हो और वह भी हो
ईसा को सुली पर चढ़ानेवालों से लेकर
मनुष्य के कल्याण हेतु राजपाट छोड़नेवाले बुद्ध तक
सारे आविर्भाव तुम्हारे ही हैं ।

मेरे छोटे से जीवन के छोटे–छोटे सुख तुम हो,
मेरे नन्हें से जीवन के दुःख, शोक
और निष्फलता भी तुम ही हो
मेरा जीवन तुम्हारी ओर चल रही अखंड यात्रा है ।
मेरी मृत्यु तुम्हारे सामीप्य की परमशांति है ।

जीना मुझे मधुर लगता है, मरने का मुझे भय नहीं
क्योंकि जो कुछ है सभी तुम्हीं से भरा है ।

५१

मैं व्रत उपवास एकादशी करूं
और मेरे मन से क्रोध, ईर्ष्या व बैर न मिटें
तो मेरा यह तप मिथ्या है ।

मैं मदिर जाऊं, फूल चढ़ाऊं, माला जपूं
और मेरे कर्म में से स्वार्थ, लोभ, मोह न मिटें,
तो मेरी यह पूजा मिथ्या है ।

मैं जाप करूं, सत्संग करूं, ध्यान करूं
और मेरे चित्त से अहंकार, अभिमान और
बड़प्पन का भाव न मिटें
तो मेरी यह उपासना मिथ्या है ।

मैं एकांतवास करूं, वैराग्य–साधना करूं, मौन रखूं
और मेरी इच्छाओं तथा वृत्तिओं का शमन न हो
मेरा देह–भाव शिथिल न हो
तो मेरी यह साधना मिथ्या है ।

हे परमात्मा,
मैं प्रार्थना करूं, तुम्हारा नाम लूं
और मेरे जीवन में प्रेम–करुणा–मैत्री तथा आनंद प्रकट न हो,
तो मेरा–तुम्हारा संबंध मिथ्या है ।

## ५२

मुझे किसी चीज़ का भय नहीं भगवान ।
क्योंकि तुम सदैव मेरी रक्षा करते हो ।

मेरी यात्रा आसान है
क्योंकि पूरे रास्ते
तुम मेरे साथ–साथ चलते हो ।

जिंदगी में ऊंच–नीच और धूप–छांव
यह तो एक खेल है
इस खेल में आनंद से शामिल होती हूँ
जय–पराजयह्रास्य–रुदन
सब इस खेल का हिस्सा है ।
सभी क्षण–भंगुर है, सीमित है, बीत जानेवाला है ।

विविध स्थितियों में मुझे रखकर
तुम मुझे गढ़ रहे हो ।
संघर्ष या समस्या से मैं घबराती नहीं
ऐसी कौनसी समस्या है जो तुम्हारी कृपा से सुलझ न सके ?
ऐसा कौन सा बोझ है जो प्रार्थना से हलका न हो
ऐसी कौनसी परीक्षा है जो तुम्हारे अनुग्रह से पार न हो ?

पहले सुख पाने पर सुखी होती थी
और दुःख आने पर दुखी होती थी
अब सुख और दुःख दोनों के पीछे तुम्हारा चेहरा झलकता है
आनंद के सागर में अब मेरी नाव निर्बाध तैरती जा रही है ।

## ५३

रात उतर आयी है, दीप बुझ गये हैं
सभी प्राणी अंधकार की गोद में सो गये हैं
तुम्हारी प्रार्थना करने के लिए मैं अपना हृदय शांत करती हूँ
मेरे हृदय की गहराइयों में से शब्द प्रकट होते हैं ।

बेशक, तुम्हें शब्दों की कोई जरूरत नहीं
तुम तो सब जानते ही हो ।
हमारे शब्द तो अपने भावों की स्पष्टता के लिए हैं
बाद में शायद उनकी ज़रूरत न रहे ।

अनादिकाल से हम कटघरे में कैद हैं
अज्ञान और इच्छाओं के बंदी हैं
सीमाएं बांधकर हमने अपने को सुरक्षित माना है
भौतिक प्राप्तियों को चरम-सिद्धि समझा है ।
यह सब परिवर्तनशील है, आज उदित होकर कल अस्त होनेवाला है
यह जानते हैं, फिर भी व्यवहार में
उससे उल्टा ही मानकर चलते हैं ।
जीवन तो है एक निरंतर बहती नदी
किसी घाट पर, किसी किनारे वह अटकती नहीं

किन्तु जब हम वस्तु में, विचार में, कट्टर मान्यताओं में
अटक जाते हैं
तब हम जड़ हो जाते हैं
मृत्यु के प्रदेश में मलिन बनकर रहते हैं ।

यह समस्त दृश्यमान जगत् एक आनंदपूर्ण लीला है
हम अपनी परिधि से बाहर निकलकर
जीवन के साथ बह सकें
तो इस लीला के हिस्सेदार बन सकेंगे,
फिर तो सारी घटना एक खेल बन जाय
सुख दो और दुख से बचाओ, जैसे यह तुम्हारी कृपा है,
वैसे ही संकट दो और समुद्र में डुबो दो, वह भी
तुम्हारी ही कृपा है,
हमें अटल विश्वास हो कि सब पर तुम्हारी नजर है
सत्ता के पद पर बैठे मनुष्य में
और रास्ते पर भटकते जानवर में
तुम ही बसे हो ।

हमारे अज्ञान और इच्छा के पर्दे जला दो
हमारे जकड़े हुए कवच तोड़ डालो
हम चाहे कितने ही क्षुद्र हों, तुम समर्थ हो
तुम्हारी भक्ति हमें सामर्थ्यवान बनाये ।

कोई घर ऐसा दरिद्र नहीं जहां तुम्हारे पदचिन्ह अंकित न हों
कोई हृदय इतना जड़ नहीं जिसमें तुम्हारा नाम स्पंदित न हों
कोई क्षण इतना सामान्य नहीं जो तुम्हारे स्मरण से आलोकित न हो ।

रात नीरव है, समय शांत है
मुझे महसूस होता है कि मैं अकेली नहीं हूँ
अपने निकट किसी के होने का मुझे अहसास हो रहा है
और वह तुम ही हो, भगवन् ।

## ५४

यह हमारी कैसी दुर्बलता है प्रभु,
हम सचमुच मानते हैं
कि संसार में बहुत-सी वस्तुएं मिथ्या हैं
फिर भी उन्हीं को ढूंढ़ते हैं, उन्हीं को संभालते हैं
उन्हें न पाने पर या पाकर खो देने पर
रोना-धोना मचाते हैं
और सारा समय हम तुम्हें खोते रहते हैं
तुम्हारे पास आने का अवसर भी खोते रहते हैं
इसका तो हमें पता नहीं चलता ।

हम देह का, सम्पत्ति का, स्वयं का बहुत अधिक जतन करते हैं
कोई जरा-सा आदर न दे, सोचा हुआ विपरीत हो जाय
तो बड़ी चोट लगती है, उग्र प्रतिक्रियाएं उठती हैं
घावों को स्मरण में जीवित रखते हैं
पूर्वाग्रह बना लेते हैं
घेरे में बंद और जड़ हो जाते हैं ।

संसार की गलियों में और राजमार्ग पर
हजरों वेश में, हजारों चेहरों में तुमसे मुलाकात होती है

किंतु हम इतने व्यस्त होते हैं
कि हमें रुकने का
तुम्हें पहचानने का
समय ही नहीं होता ।

जीवन की स्पर्धा में
आगे निकल जाने की आकांक्षा से
पीछे रह जाने के भय से
लगातार दौड़ते रहते हैं ।

कभी–कभी तुम्हारी पुकार सुनाई देती है
किंतु हम कहते हैं – बाद में, बाद में ——
अभी कहां समय है ?
तुम मार्ग में कुछ विघ्न खड़े करते हो
ताकि हम जरा रुकें, जरा मुड़कर देखें
किंतु हम तो दूने जोर से आगे बढ़ते हैं
अपनी चातुरी के बल
अपने प्रश्नों का हल खोजते हैं ।

और एक दिन सब कुछ ढह जाता है ।

उस दिन खयाल आता है कि
अरे, यह कैसी मूर्खता ।
तुम्हें प्रेम करते हैं ऐसा माना और मनवाया
लेकिन दौड़ तो लगाई दूसरी ही चीजों के पीछे
सहारा भी ढूंढ़ा दूसरी ही शक्तियों का
जीवन–संध्या में जब हिसाब लगाया
तो पाया कैसी तुच्छ बातों में जीवन बीत गया
वरदानों का खजाना ऊंगलियों से फिसल गया
दिन डूब गया – लेकिन भीतर कोई दीप जला नहीं ।

## ५५

कुछ लोग मानते हैं भगवान जैसा कोई तत्त्व है ही नहीं
और विराट विश्व की यह क्रीड़ा
एक स्वयं–स्फूर्त, स्वयं संचालित लीला है ।

वे मानते हैं कि मनुष्य ने अपने आश्वासन और आधार के लिए
ईश्वर की खोज की है
ताकि समझ में न आने वाली बातों की व्याख्या कर सके
और संकटों के बीच टिके रह सकें ।

किंतु भगवान, मैं तो जानती हूँ कि तुम हो,
तुम हो इसीलिए मैं हूँ,
और इसीलिए है माधुर्य की यह अखंड छाया ।

लोग अपने आप में डूबे रहते हैं
अपने में लिपटे रहते हैं
अपने को ही देखते हैं, अपना ही विचार करते हैं
इसलिए उन्हें तुम्हारा स्पर्श नहीं होता ।

वे अपनी व्यथा की बात करते हैं
और अपने लिए रोते हैं,
भला किसने तुम्हारे लिए अकेली रात में आंसू बहाये हैं ?

तुम तो चारों ओर व्याप्त हो
हम यदि अपने में से जरा सा बाहर निकलें
हमारी शतसहस्त्र कामनाओं को, आवेगों को, उत्पातों को किनारे रखें,
मन का कोलाहल शांत करें
और तुम्हारा महीन स्वर सुनने को कान लगायें

एक दिन या कुछ दिन नहीं
रोज–रोज
विश्वास, श्रद्धा, प्रेम से तुम्हारी ओर उन्मुख हों
पवित्र और प्रेममय
अहंकार रहित और दंभरहित बनें

तो हमें पता चलेगा,
निश्चित ही पता चलेगा, भगवान ।
कि तुम तो बिलकुल निकट हो

हृदय की धड़कन की तरह नज़दीक
शरीर को छूती हवा की तरह स्पर्श्य

हमको पता चलेगा कि
हमपर अपनी कृपा बरसाने के लिए
तुम भी हमारी प्रतीक्षा कर रहे हो ।

किंतु संसार के इस राजमार्ग पर चलते हुए
इन लाखों करोड़ों लोगों को अचानक रोक कर अगर मैं पूछूं :
जिंदगी में तुम्हें क्या चाहिए ?
तो कौन है जो प्रेमभरी आवाज में जवाब देगा
कि मुझे और कुछ भी नहीं चाहिये,
सिर्फ भगवान चाहिए ?

## ५६

हे प्रभु,
जब हालात बुरें हों, सुंदर ढंग से कैसे जियें
यह हमें सिखाओ

जब सभी पासे उलटे पड़ रहे हों, हास्य और आनंद
कैसे न गंवायें, यह हमें सिखाओ

जब परिस्थिति ऐसी हो कि मन में गुस्सा आये, शांत कैसे रहें
यह हमें सिखाओ

जब काम बड़ा कठिन लग रहा हो उसमें लगन से
कैसे जुटे रहें, यह हमें सिखाओ

जब कठोर आलोचना और निंदा की झड़ी बरसे, उसमें से
काम की बात कैसे चुन लें यह हमें सिखाओ

प्रलोभन, प्रशंसा और खुशामद के बीच तटस्थ कैसे रहें
यह हमें सिखाओ.

जब चारों ओर संकट घिर आयें
श्रद्धा डगमगाने लगे
मन निराशा की गर्त में डूब जाय
धैर्य और शांति से तुम्हारी कृपा की प्रतीक्षा कैसे करें
यह हमें सिखाओ ।

## ५७

प्रेम की बातें तो हम सभी करते हैं भगवन् ।
किंतु सच में, यह प्रेम क्या है ?

यह प्रियजन के सान्निध्य का आनंद है ?
उसके सुख-दुःख अपने ही मानने की एकरूपता है ?
अपने से पहले दूसरे का ख्याल रखने की चिंता है ?
अपनी अंतरतम अनुभूतियों में दूसरे को शामिल
करनेवाली श्रद्धा है ?

निःशंक,
साथ बिताये हुए आनंद के क्षण
शारीरिक सुखों और उष्माभरे आलिंगनों से
कुछ और अधिक है ।

यह गहरी समझ और आनंद से भरा एक तत्व है,
जो ह्रदय से परखता है, तर्क से नहीं,
जो लेने से अधिक देता है,
लेने की इच्छा बगैर देता है,
देता है और भूल जाता है ।

यह बिना भय के अपना ह्रदय खोलता है
और आक्रामक हुए बिना ह्रदय के भीतर प्रवेश करता है ।
यह एक ही साथ मृदु और बलवान होता है
यह जीवन को अधिक जीवंत बनाता है
और किसी भी परिस्थिति में साथ नहीं छोड़ता है ।

जहां प्रेम है
जीवन बहते झरने की तरह
प्रवाहित और मधुर बन जाता है
यह सामान्य क्षणों को आलोकित करता है
और साधारण बातों को सोने जैसी मूल्यवान बनाता है ।

जहां प्रेम है, सर्वोत्तम दूसरे को देते हैं
और अपनी पसंद दूसरे पर थोपते नहीं
प्रेम में मांग, आग्रह, जिद नहीं
वह अगले के दृष्टिकोण से देख सकता है
इसलिए अपनी ही बात मनवाने की जबर्दस्ती नहीं ।

प्रेम माने श्रद्धा और विश्वास
निश्चलता और निष्ठा
प्रेम माने प्रफुल्ल मन और गुनगुनाते ओंठ
प्रेम माने हाथ में हाथ पिरोकर चलना
और ह्रदय का ह्रदय के साथ बातें करना
साथ–साथ सहना
और साथ ही प्रार्थना करना ।

प्रेम साथ–साथ चढ़ी हुई कठिन चढ़ाई है
तूफानों का साथ रहकर किया हुआ मुकाबला है
और प्रेम, यह ईश्वर की और उन्मुख होकर
प्रसन्नता से साथ–साथ उठाया भार है ।

हम स्वयं को ही चाहें तब बंदी बने रहते हैं
जब दूसरे को चाहें, हमें पंख फूटते हैं
हम स्वयं को जितना अधिक चाहते हैं,
तुम्हें उतना कम चाहते हैं
प्रेम हमें अपने घेरे से बाहर ले जाता है
जब दूसरे को चाहते हैं तब विशाल बनते हैं
हमारे भीतर गतिका संचार होता है
अंधकार प्रकाश में आंखें खोलता है ।
दुनिया की हर एक वस्तु, हर एक प्राणी, हर एक इंसान
मिट्टी का नन्हे से नन्हा कण भी
प्यार के लिए लालायित है ।

सारे अन्याय और अत्याचार
बैर और धिक्कार
शोषण और हिंसा
प्रेम के अभाव में से जन्म लेते हैं ।

हम सच में प्रेम कर सकें, तो स्वयं को बदल सकें
हम सच में प्रेम कर सकें, तो दुनिया का चेहरा बदल सकें

संसार के हर एक सीमित प्रेम के पीछे
तुम्हारे असीम का सुर है
हम संपूर्ण हृदय से ही नहीं,
संपूर्ण जीवन द्वारा प्रेम कर सकें
तो हम तुम्हें भी पा सकें, प्रभु ।

५८

जब सुबह मैं सूर्य को उगते देखती हूँ
तो उसमें मुझे तुम्हारा चेहरा दिखाई देता है
अंधेरी रात को दमकते हुए सितारों में
प्रेम से चमकते हुए तुम्हारे ही नेत्र में निहारती हूँ ।

सरोवर के शांत जल में मैं तुम्हारी छाया देखती हूँ
सागर के गर्जन में तुम्हारा संदेश सुनती हूँ
हरित तृण और रूपहले झरण इतने कोमल और मधुर इसलिए है
क्योंकि उनमें तुम्हारा हास्य प्रतिबिंबित होता है.

फूलों के रंग, वृक्षों की घटा, पछियों की चहक और
वसंत की शोभा में
तुम्हारी अनंत लीला का मुझे दर्शन होता है
भव्य हिमाद्रिशिखरों में, और धूल के नन्हे से नन्हे कण में
तुम ही झलक रहे हो ।

सारा जगत् तुम्हीं से व्याप्त है
और तुम्हीं में बसा हुआ है

पृथ्वी के आनंद और विषाद
उत्थान और पतन
मौन और गीत
झड़ते हुए पत्ते और जन्मते हुए शिशु

सभी में मैं तुम्हें देखती हूँ, तुम्हें सुनती हूँ
और तुम्हें प्यार करती हूँ ।
कैसे उद्भुत ढंग से तुमने जीवन को विस्मय और समृद्धि से
भर दिया है ।

हर एक वस्तु में
हर एक व्यक्ति में
रोजाना जीवन की हर छोटी–बड़ी घटना में
मैं तुम्हारी उपस्थिति देखती हूँ ।
अब कोई दुख दुख नहीं, और कोई शोक शोक नहीं
हर कठिनाई एक संकेत है
और हर संकेत एक उद्घाटन ।
मेरे भीतर एक नये प्रेम ने जन्म लिया है,
मेरे श्वास की माला में अब तुम्हारे नाम की मणि
सदा पिरोयी रहती है ।

## ५९

आज रात नींद में सो जाने से पहले
मुझे अपने वे बांधव याद आते हैं,
जिनकी आंखों में नींद नहीं,

जिन्दगी ने जिन्हें लहूलुहान किया है
समाज के द्वेष और संकुचितता से जिनके
हृदय में घाव लगे हैं,

अपने प्रियजनों ने ही जिनका द्रोह किया है,
पूर्ण हृदय से चाही हुई वस्तु को पाने में
जो निष्फल हुए हैं,

जिनके प्रेम को प्रतिसाद नहीं मिला,
यात्रा के अधबीच जिन्होंने अपने साथी को गंवाया है,
जिनकी शक्तियों को सार्थक होने का मौका नहीं मिला
जिनके कार्य की महत्ता का कभी पूरा मूल्यांकन नहीं हुआ,
अपने कार्य के लिए जिन्हें धन्यवाद या प्रशंसा के
दो शब्द भी नसीब नहीं,



हृदय की बात कह सकें, ऐसे जिनके मित्र नहीं
जो हमेशा थके हुए और विषाद से भरे होते हैं,
जिनकी भावनाओं की कोई कद्र नहीं होती
जो मेहनत ज्यादा करते हैं, प्रतिफल कम पाते हैं

इन सब बांधवों के लिए,
आज मेरा हृदय प्रेम और प्रार्थना में डूब जाता है ।

प्रभु,
उनके दुख में उन्हें आश्वासन दो
उन्हें हिम्मत और मार्गदर्शन दो

उल्लास और प्रोत्साहन दो
शक्ति, आनंद और प्रेम दो

सभी दरवाजे बंद हों तब
उनमें से किसी एक दरवाजे के पीछे तुम ही आकर खड़े हुए हो,
ऐसा उन्हें विश्वास हो, ताकि, मार्ग चाहे कैसा भी कंटीला हो
वे उसे इस श्रद्धा से पार कर सकें
कि राह के किसी मोड़ पर
तुम्हारी अनंत सामर्थ्यवान बाहें
उन्हें सभी पीड़ाओं से ऊपर उठा लेने को तत्पर हैं,

## ६०

हे परम प्रभु
हमारे विचारों को इतना उदार बनाओ कि
दूसरों का दृष्टिकोण हम समझ सकें ।

हमारी भावनाएं इतनी मुक्त करो कि
दूसरों के प्रति हम उन्हें बहा सकें ।

हमारे मन को इतना संवेदनशील बनाओ कि
दूसरों को कहां चोट लगती है यह हम देख सकें ।

हमारे हृदय को इतना खुला रखो कि
दूसरों का प्रेम हम स्वीकार सकें ।

हमारे चित्त को इतना विशाल करो कि
अपने-पराये के भेद से ऊपर उठ सकें ।

हे परमात्मा,
हमारी दृष्टि इतनी उज्ज्वल करो कि

संसार में व्याप्त तुम्हारे सत्य और सौंदर्य को
हम निहार सकें ।

हमारी चेतना को इतनी सूक्ष्म करो कि
तुम्हारी तरफ से अनेकविध रूप में आने वाले
संकेतों को पहचान सकें
और तुम्हारा मार्गदर्शन पा सकें ।

६१

आज मैंने समझा है, प्रभु कि
तुम्हारी स्तुति करने से पहले
मुझे अपनी वाणी को शुद्ध करना चाहिए
जिस वाणी से मैं तुम्हारे साथ बात करना चाहूं
वह वाणी सत्यपूत, पवित्र और मृदु होनी चाहिए ।

देखो तो प्रभु,
कितने सारे दोषों से हमारी वाणी मैली होती है ।

संकट के भय से या लाभ की आशा से
और कभी सिर्फ दूसरे पर रौब डालने के लिए
हम झूठ बोलते हैं
एक–दूसरे के बीच फूट डालते हैं
मजाक उडाते हैं और उपहास करते हैं
वाद–विवाद या दलील में उतर जायें, तब
हमारी आवाज तलवार की धार बन जाती है,
कटाक्ष, कठोरता या क्रोध से हमारे शब्द झुलसाते हैं ।

उतावली, अधीरता और नासमझी से
हम ऐसा–वैसा बोल देते हैं
और दूसरों को चोट पहुंचाते हैं,
बिना भाव और निष्ठा के, बिना हृदय के
कठोर शब्द बोलते हैं
वचन देकर पालन नहीं करते ।

हमारे शब्द
अहंकार और आत्म प्रशंसा से
ईर्ष्या और छिपी नफरत से
औरों की निंदा और अपनी बड़ाई के दोषसे लिपटे होते हैं ।

वक्त बिताने के लिए निरर्थक बातों में
हम बहुत सी शक्ति बरबाद करते हैं
अपनी कमजोरियों को तो जानते नहीं
और दूसरों की टीका करते हैं
अभिप्राय देते हैं
तुलना करते हैं
वे क्या करते हैं और क्या नहीं, उसका व्यर्थ ही हिसाब रखते हैं ।

वाक्पटुता के जोर पर गलत बातों का प्रतिपादन करते हैं
वाचाल होकर बिना जरूरत बोलते रहते हैं
असावधानी में एक ही बात को बार–बार दुहराते हैं
दूसरे की बात कभी तल्लीन या दत्तचित्त होकर सुनते नहीं
प्रश्न पूछकर, जवाब सुने बिना, अपनी ही बात
रसपूर्वक कहते जाते हैं.
हमारी सभी बातों का केन्द्र हम स्वयं ही बने रहते हैं ।

किंतु यदि मैं अंदर से जरा शांत बनूं
तो वाणी जैसा अपना समर्थ साधन किस तरह
व्यर्थ खर्च कर डालती हूँ
इसका मुझे पता चलेगा,
और मैं मौन की महिमा समझ सकूंगी
फिर मैं आवेग में, अनजाने में ऐसा–वैसा बोल न दूँ
जरूरत हो तभी, सच्चा हो तभी बोलूं
दलील के जोश में नहीं, किंतु सामने वाला
समझने की स्थिति में हो तब बोलूं

चर्चा–विचार में अपना योगदान दूं, लेकिन मेरी ही बात सही
और दूसरों की गलत, ऐसा आग्रह न रखूं ।
फिर मेरी वाणी सत्य और प्रेम से जन्म लेगी
वह तोड़ने वाली नहीं, जोड़नेवाली होगी
मेरे शब्द मधुर और हितकारी होंगे
मेरी वाणी शुद्ध बनेगी ।

फिर, उस वाणी से मैं तुम्हारे साथ बात कर सकूंगी,
प्रभु,
मुझे विश्वास है कि तब तुम उसे सुनोगे ।

## ८२

भगवन् !
आज तुमने मुझे बहुत–सी सुख–सामग्री दी है.
हो सकता है, कल तुम यह सब वापस ले लो.

आज तुमने मुझे भरपूर ताकत और तंदुरुस्ती दी है
हो सकता है, कल मेरी देह दुर्बल और रोगग्रस्त हो जाय

आज तुमने मुझे मधुर संबंध दिये हैं
हो सकता है, कल ये सब प्रियजन मुझे छोड़ जायँ

आज तुमने मुझे पद–प्रतिष्ठा–संपत्ति दी है
हो सकता है, कल मैं बिलकुल रंक, असुरक्षित बन जाऊं
झंझावात में फेंक दिया जाऊं
लोग मेरी हंसी उड़ायें और अपमान करें ।

इसीलिए परमात्मा, मेरी प्रार्थना है कि
अपने सुख में मदमत्त होकर मैं किसी की अवज्ञा न करुं
स्वजनों के स्नेह को स्वतःसिद्ध अधिकार न मान लूं
अनुकूल हवा के कारण स्वयं को अजेय मानकर
ऐसे भ्रम मैं न फंस जाऊं कि
मुझे कभी कुछ होगा ही नहीं ।

सब ठीक चल रहा हो तब,
उसे अपनी होशियारी और दक्षता समझकर
मुझे तुम्हारी कोई जरूरत नहीं है, ऐसा न मान लूं ।

और जब सब उलटा ही चलने लगे
इच्छित न मिले, और जो मिला हो वह छिन जाय
तब, उसमें तुम्हारी अकृपा है
ऐसा मानने की गलती भी न करुं ।

क्यों कि भगवन्
सब देने के पीछे तुम्हारा कोई उद्देश्य है
सब कुछ ले लेने के पीछे भी तुम्हारा निश्चित उद्देश्य है
दोनों के पीछे तुम्हारी कृपा ही है ।
मार्ग फूलों का हो या कांटों का
उसपर चलकर मैं तुम्हारे भुवन में पहुंचूं
जहां संपत्ति, संपत्ति नहीं, और विपत्ति, विपत्ति नहीं
जहां बाह्य आवरण और आभास झड़ जाते हैं
जहां सब कुछ तुम्हारी ही लीला का आनंद है
सभी परिस्थित्तियों में से, मुक्तता से पार होकर
उस नित्य आनंद लोक में पहुंचूं
ऐसी मुझे स्थिरता दो
ऐसी मुझे गति दो ।

## ६३

परमात्मा,
मुझे हृदय का ऐसा बड़प्पन दो –
कि जैसे मैं धन देने में उदार हो सकता हूँ
वैसे ही अपना समय देने में
क्षमा देने में
प्रेम देने में भी उदार बनूं ।
मुझे हृदय का ऐसा बड़प्पन दो –
कि जब और कोई मुझसे अधिक अच्छा काम करे

तब उसकी प्रशंसा कर सकूँ
मुझे अप्रिय लगनेवाले लोगों में भी
अच्छी बातें देख सकूँ
मेरे विचारों का विरोध करनेवालों में भी
मेरे मित्र हो सकते हैं, ऐसा मानूँ

मुझे हृदय का ऐसा बड़प्पन दो –
कि विरोधी पक्ष में भी सत्य हो सकता है इसे स्वीकारूँ
अपने अच्छे कार्य के बारें में दूसरे से कहने का लालच टाल सकूँ
अकारण कोई सहायता करे
तो उसमें कोई गुप्त हेतु ढूंढ़ने से बचूं ।

मुझे हृदय का ऐसा बड़प्पन दो –
कि जब मैंने कोई गलत काम किया हो
या दूसरों को गलत ढंग से नाराज किया हो
तो बेझिझक खेद व्यक्त करूँ
गुस्से से या गलतफहमी से
संबंधो में दरार पड़ी हो
अपनी ओर से उसे जोड़ने की पहल करूं ।

मुझे ऐसी विवेक –बुद्धि दो –
कि किसी की भूल, गलती या अपराध का
काजी बनकर न्याय करने न बैठूं
औरों से जैसी सरलता और समझदारी चाहती हूँ,
वैसी ही औरों के प्रति जताऊं
अपने मन–वचन–कर्म से
दुनिया में जो भी खराबी पैदा करूं उसे पहचानूं
और अपनी कमियों तथा क्षतियों के प्रति सावधान होकर
तुम्हारी भक्ति द्वारा अधिक सात्त्विक बनूं

## ६४

यूं तो रोज रोज हम
तुमसे कुछ न कुछ मांगते ही रहते हैं, प्रभु ।
किंतु आज मैं कुछ मांगने नहीं आई
मैं तो इस शांत अंधेरी रात के एकांत में
तुम्हारे नज़दीक शांति से बैठने आई हूँ ।
और इस तरह बैठने में मुझे कितना गहरा सुकून मिलता है
यह बताने आई हूँ ।

किसी भी स्थूल प्राप्ति में न मिले
ऐसी एक असीम अवर्णनीय शांति
मुझपर उतर आती है
गहरी कृतज्ञता से मेरा ह्रदय भर आता है

तुम्हें प्यार करने का यह कितना बड़ा सुख
तुमने हमें दिया है ।
मेरे नयन तुम्हें निहार न सकें तो क्या
किंतु मेरा समूचा अस्तित्व तुम्हीं से भरा हुआ है ।

मेरे माथे पर सदैव तुम्हारे वरदहस्त की अनुभूति होती है ।
मेरे चेहरे को छूती हुई इस हवा में
तुम्हारा वत्सल स्पर्श है ।

मेरी कोई मांग नहीं,
मैं सिर्फ प्रेम निवेदन करने आई हूँ ।

इस गहन एकांत में, भगवन् ।
तुम हो और मैं हूँ ।
आनंद और तृप्ति के नीरव श्रद्धामय क्षणों में
परम पिता,
मैं तुम्हारे चारणों में अपना ह्रदय अर्पित करती हूँ ।

६५

कभी–कभी यूं होता है, भगवन् ।
जीवन में हमने कोई असाधारण सिद्धि प्राप्त की नहीं
कोई अद्भुत सृजन, कोई महान कार्य
हमारे हाथों हुआ नहीं ।
बुद्धि का प्रखर वैभव, आकर्षक सौंदर्य, मुग्ध करनेवाली छटा
या वाक्शक्ति हमें मिली नहीं ।
पूरी जिंदगी प्राणों को लगाकर काम किया, किंतु
स्वजनों में या समाज में उसकी सही कदर हुई नहीं ।

ऐसी कितनी ही बातें मन में आती हैं
फिर भीतर असंतोष जागता है, गुस्सा उफनता है
ईर्ष्या से हृदय भर जाता है
ऐसा सोच–सोचकर हमारा अभाव और पुष्ट होता है
और हम निम्नता की ओर अधिक फिसलते जाते हैं ।

यह कैसी मूर्खता । यह कैसा मिथ्याभिमान ।
जिस हृदय ने तुम्हारा गीत गाया है,
वह हृदय सुंदर है, मोहक है ।
जो हृदय तुम्हें पूर्णतया समर्पित हो सके,
उससे बढ़कर महिमा और किसकी है ?

## ६६

इस दुनिया में ऐसे अनगिनत लोग हैं

जिनका अपना घर नहीं, अपना कहें ऐसा कोई परिवार नहीं
जो बिलकुल किनारे पड़े हैं, या समाज से तिरस्कृत हुए हैं
जो अंधे हैं, बधिर हैं, दुर्घटना या रोग में
अपने अंग खो बैठे हैं,

जो खुले मैदानों में, फुटपाथों पर, अंधेरे कोनों में
जैसे–तैसे दिन बिताते हैं, ठंड और बारिश में ठिठुरते हैं,
गर्मी में झुलसते हैं, भूख की घोर यातना से तड़पते हैं ।

जो असाध्य रोग से पीड़ित अस्पतालों में पड़े हुए हैं
जो जेल में हैं और किये हुए या न किये हुए
गुनाहों की सजा भुगत रहे हैं

जो अदृश्य भय से भयभीत हैं, और दुर्दम्य आदतों में फंसे हैं
बीमारी या कमजोरी ने जिन्हें समाज से अलग कर दिया है
जिन्होंने अपने प्रियजनों को किसी कारण खो दिया है
और इस वक्त जो बहुत ही एकाकी हैं,

इन सबके लिए मैं प्रार्थना, करती हूँ ।
उनका जीवन नीरस, कष्टपूर्ण, बोझिल है,
उन्हें आनंद का कभी स्पर्श नहीं होता,

और सबसे बड़ी करूणा तो यह है कि
उन्हें तुम्हारे अस्तित्व की खबर तक नहीं ।

ह्रदय की गहराई से प्रभु,
उनके लिए तुम्हारे आशीर्वाद मांगती हूँ ।
इस स्थिति का मुकाबला करने की ताकत उन्हें दो
अपने भीतर जो शक्ति सुप्त है, उसका बोध–बल तुम उन्हें दो

कैसी भी कठिनाई में से
तुम्हारी कृपा के सहारे उबरना संभव है, यह सत्य
उनके मन में उजागर होने दो
तुम्हारे प्रेम के प्रति उनके ह्रदय–पट खुलने दो ।

मेरी स्थिति कोई ज्यादा अच्छी नहीं है,
किंतु उनकी व्यथा बहुत बड़ी है ।
किसी तरह मैं उनके काम आ सकूं
ऐसी शक्ति मुझे दो ।
उनमेंसे किसी के भी साथ आज मेरी मुलाकात हो
तो मेरी वजह से, थोड़ी देर ही क्यों न सही
वे मुक्त और प्रसन्न होकर जांयें
ऐसा अवसर मुझे दो ।

## ६७

अपने मिलने वालों से मैं कहती :
देखो, मेरा घर कितना सुंदर है ।
घर में रखी वस्तुएं कितनी कलात्मक हैं ।
मेरे बच्चे कितने होशियार और तेजस्वी हैं ।

मैंने कितनी सिद्धि पाई है ।
सभी लोग मेरी कितनी तारीफ करते हैं ।
ये सब बातें मैं सीधे या इशारों से जताती
और अपनी ही कुशलता पर फूली न समाती ।

या फिर मैं कहती :
देखो, मुझे कितनी बीमारियां हैं ।
मेरे स्वजन कितने स्वार्थी हैं ।
लोग कितने कृतघ्न हैं ।
पूरी जिंदगी मैंने सचाई से काम किया
दूसरों के लिए स्वयं को खपा दिया
किंतु उसके बदले में मुझे कभी कुछ मिला नहीं ।

मैं ऐसा कहती, और सभी बातों के लिए
लोगों को, या नसीब को या भगवान तुमको कोसती ।

फिर एक मधुर प्रभात में झिलमिलाता सूरज ऊगा,
और ये सूखे तिनके सुनहरे हो गये ।
अब कोई मुझसे कुछ पूछे, तो मैं चुप रहती हूँ
दुनिया के बाजार में मैंने क्या पाया और क्या नहीं,
यह विचार अब मुझे छूता नहीं ।

अब मेरा मन हर वक्त –
तुम्हारे दिव्य प्रेम में सराबोर, मृदु और भरा–भरा रहता है ।

अंतरतम में उठते आनंद की लहर की बात
किससे कही जाय ?
तुम जानते हो प्रभु
और मेरे लिए इतना पर्याप्त है ।

कईबार,
प्रार्थना करने के बाद भी हमारी मुसीबतें ज्यों की त्यों बनी रहती हैं
तब हम अधीर हो जाते हैं कि :
अरे, भगवान् तो कुछ सुनता ही नहीं
इतनी विनती की, फिर भी भगवान ने सहायता तो की नहीं।

हमें तो तत्काल हल चाहिए – आज के आज
और वह भी हमारी पसंद का हल चाहिए –
अपनी सारी क्षुद्रता और मूर्खता से
चिपके रहकर
हम तुमसे शांति चाहते हैं ।

लेकिन तुम्हें किसी बात की जल्दी नहीं ।
जवाब देने का तुम्हारा अपना ढंग है ।
जवाब देने का तुम्हारा अपना समय है ।
हमारे जल्दी करने से कुछ नहीं बनेगा
हमें सिर्फ शांत रहकर धीरज से प्रतीक्षा करनी है ।

हो सकता है –
तुम एक ही झटके में सारे विघ्न दूर कर दो
हो सकता है –
हमें अनजान रखकर, हमारा भावी बदल दो
हो सकता है –
विघ्न पार कर जाने की हमें शक्ति दो
अथवा हो सकता है –
किसी दिव्य स्पर्शसे हमारी चेतना का ऐसा रूपांतर करो
कि विघ्न हमें वरदान लगने लगें ।

सभी महान घटनाएं चुपचाप घटित होती हैं
तुम्हारी कृपा विधान भी हमें चुपचाप ही समझ में आता है

किंतु हमें इतना तो भरोसा है कि
हम सच्ची उत्कटता से प्रार्थना करें तो,
तुम्हारी सहायता मिलेगी ही,
चाहे उसका स्वरूप हमारी कल्पना से कहीं भिन्न हो ।

## ६९

कभी–कभी मन में आता है, भगवान ।
क्या सचमुच में तुम हो ?
हमारी प्रार्थना सुनते हो ?
इस अनंत, ब्रह्मांड–लीला के पीछे
सचमुच क्या तुम्हारी चिन्मय शक्ति है ?

क्योंकि,
दुनिया में कितना कुछ ऐसा है
जो अत्यंत भयंकर, अत्यंत कुरूप है,
हिंसा और क्रुरता, अनीति और भ्रष्टाचार
स्वार्थ और शोषण से
सारा वातावरण प्रदूषित है
घातक शस्त्रों के अंबार के आगे
मनुष्य के कोमल जीवन का कोई मूल्य नहीं रहा ।

भगवान अगर है,
तो इतनी अभद्रता कैसे
—ऐसी एक टीस मन में उठती है ।
यह सब क्या तुम्हारा ही सृजन है ?
तुम क्या ऐसे निष्ठुर हो, प्रभु ?

*

या यह सब हमारा ही सृजन है ?
हमारी लालसा और मिथ्याभिमान
मत, आग्रह और विचार
हमारा भय और अहं
हमारी महत्वाकांक्षा और सत्तामोह
सच्ची–झूठी तरकीबें खोजता हुआ हमारा मन
हमारी मूर्खता, छिछली दृष्टि, आत्मकेंद्री दृष्टिकोण
यह सब लेकर हम दुनियां में चले हैं
दूसरों की परवाह किये बिना, अपना स्वार्थ चाहा है
लोग भूखों मर रहे हों तब हमनें ठूंस–ठूंसकर मिठाई खाई है
हमारे बांधवों के हृदय भीतरी पीड़ा से झुलस रहे हों
तब हम आराम की नींद सोते रहते हैं
और लोग समाज में कितनी अशांति फैलाते हैं
उसकी बातें की हैं,
क़िंतु अपने व्यवहार से आसपास
कितनी अशांति फैलाई है, यह तो कभी नहीं सोचा ।

दुनिया में जो निष्ठुरता दिखाई देती है,
वह हममें से हर एक की निष्ठुरता का ही जोड़ है
हम तुम्हें जिन बातों का दोष देते हैं
वह हमारा अपना ही अपराध है ।

हम दुनिया को बदलने की कोशिश करें
आमूल क्रांति के सिद्धांत रचें
इसके बजाय हममें से हर एक जरा और अच्छा बन जाये
जरा कम स्वार्थी हो, और
दूसरों का जरा अधिक ख्याल रखें
तो दुनिया का रूपरंग बदल न जायेगा, भगवान ?

## ७०

अंधेरा घुल गया है, उजला दिन निकल आया है ।

मन का अंधेरा दूर करने के लिए
नये उत्साह से चित्त को तेजोमय बनाने के लिए
प्रतिदिन यह तुम्हारा संदेश है ।

इस संदेश को पाकर, मेरा आज का दिन
तुमसे शुरू हो, तुम में संचरित हो, तुम्हीं में विलीन हो,

आज संसार में जब मैं जाऊं
मेरी दृष्टि इतनी शुद्ध रहे
कि जहां भी तुम्हारा सत्य और सौंदर्य हो,
उसे मैं देख सकूं ।

मैं ऐसा व्यवहार करूं कि दूसरों को
प्रामाणिक बने रहना आसान हो,

मेरी बातें ऐसी हों, कि उनके जीवन में श्रद्धा मज़बूत हो,
उनकी उदासी, हताशा, शिकायत या असंतोष की आग को
मैं और न भड़काऊं,
किंतु एक महत् चैतन्य में प्रवेश करने से उन सबका स्वरूप
कैसे बदल जाता है यह मैं अपने जीवन द्वारा व्यक्त करूं,

किसी के अच्छे काम की प्रशंसा करूं
जरा सी मदद भी कोई करे तो कृतज्ञ होऊं
आज मुझे जो भी मिले वह मेरी आत्मीयता के कारण
अपने भीतर तसल्ली का अनुभव करे
प्रसन्न हो, हलका मन लेकर जाय,

जीवन की कठोरता, कुरुपता चाहे कैसी भी हो
उसमें भी तुम्हारा सौंदर्य और करूणा ही
किसी न किसी रूप में प्रकट होती है
ऐसी उन्हें प्रतिति मिले,

जिससे भी मेरा संपर्क हो,
वह मुझमें तुम्हारा प्रतिबिंब देखे
और उसमें मैं तुम्हारा प्रतिबिंब देखूँ,
दिन भर मुझे जो खुशी मिले उसकी कद्र करूं
और उस खुशी में तुम्हारे नाम की झंकार सुनूं

आज मैं कुछ ऐसा करूं
जिससे प्रकट हो कि मैं तुम्हें चाहती हूँ

रोजमर्रा के जीवन–व्यापार में
मैं यह न भूलूं कि तुम मेरे पास हो, मेरे भीतर ही हो,

आज मैं इतनी खुश रहूँ
पूरा दिन मैं इस तरह बिताऊं, कि शाम ढले
प्रेम से मुस्कुराकर तुम कहो – 'तुम्हें मेरा आशीर्वाद है, वत्स ।'

७१

अपने इन शोक के दिनों में
शांति के लिए मैं और किसके पास जाऊं ?
मेरे हृदय की गहरी भावनाओं को
तुम्हारे सिवा और कौन पहचानता है ?

मेरे स्वजन और मित्र भले लोग हैं
लेकिन वे मेरे शोक में साझेदार नहीं बन सकते ।

किन शब्दों में तुम्हारी प्रार्थना करूं, यह मुझे सूझता नहीं
किंतु तुम मेरी व्यथा जानते हो ।

मेरे साथ बातें करनेवाला कोई हो या न हो
लेकिन मैं तुमसे तो बातें कर सकती हूँ ।
समय की तुम्हें कोई कमी नहीं

तुम स्थिरचित्त मेरी बात सुनोगे ऐसा विश्वास रख सकती हूँ ।

और कोई मुझे चाहे या न चाहे
तुम तो मुझे चाहते हो ।

मुझे शक्ति दो, भगवन् ।
शोक की इस स्थिति से मुझे पार करो
जीवन के सामर्थ्य और उसकी परिपूर्णता की ओर मुझे ले जाओ
मेरे लिए जो भी नियति तुमने सोची हो,
उसे मैं आनंद से स्वीकारूं
ऐसी समर्पित अवस्था में मुझे ले जाओ ।

अपनी पीड़ा में घुटते रहने से,
और अपने पर तरस खाने से मुझे बचाओ ।

मैं अपने ही दुःख में इतनी डूबने लगूँ
कि तुम प्रकाश-द्वार खोलो और मैं उधर देखूं भी नहीं —
ऐसा होने से पहले
मेरे हृदय सरोवर में तुम्हारी मधुर शांति का पद्म खिलाओ,
मुझे खुद मेरे बंधन से मुक्त करो ।

## ७२

भगवान,
हम तेरे बारेमें बहुत सी बातें करते हैं
उन बड़ी बड़ी बातों में ही डूबे रहते हैं

जीवन की गति क्या और कर्म क्या
मनुष्य कुछ करने के लिए स्वतंत्र है
या पूर्णरूपसे कर्माधीन है ——
इन सबकी अखंड चर्चा करते रहते हैं ।

किंतु भगवान,
हमें तेरा नाम लेने की तो स्वतंत्रता है न ?
अपने राग–द्वेष कम करनेसे हमें कौन रोकता है ?
उदार, स्नेहशील और सच्चे बनने की स्वतंत्रता
भी तो तूने हमें दी है ।

हमारे काम काज का असली कारण
जांचने से
हमारे गहरे हेतु समझने से
हमारे वाणी–विचार –व्यवहार में संवादिता साधने से
तो किसीने हमें रोका नहीं है,
हम आजकी अपेक्षा कल
कुछ कम स्वार्थी, कुछ कम आत्मकेंन्द्री
कुछ कम मिथ्याभिमानी बनें ऐसा प्रयत्न तो कर ही सकते हैं
अपनी परिस्थितियां शायद हम न बदल सकें
किंतु उनके प्रति अपना अभिगम तो हमारे हाथमें है न !
हम कुछ अंतर्मुख बने तो
परेशानी, व्याकुलता, चिंता, उद्वेग के बदले
शांति, धीरज, समता, स्वीकृति की भावना पैदा करें
हम जितने कम प्रत्याघात दें
उतने अधिक स्वतंत्र बन सकते हैं

मनुष्य के हाथमें कुछ नहीं ऐसा कहना
यह तो अपने प्रति अपनी जिम्मेदारी से
छूटने का बहाना मात्र है ।

ऐसी बहानेबाजी से हमें बचाना
अंतहीन निरर्थक बौद्धिक चर्चाओं से हमें बचाना
आज की अपेक्षा कल हम अधिक अच्छे
जरूर बन सकते हैं,
अगर वैसा न करें तो उसका कारण हम स्वयं हैं
इसका हमें ध्यान रहे,
सिर्फ बातें करने के बदले
हमें तनिक जीना सिखा दो, भगवंन, ।

## ७३

रोज रोज सुबह से शाम तक
मैं जिन–जिन चीजों का उपयोग करती हूँ
उन चीजों को बनानेवाले शतसहस्त्र लोगों को मेरा नमस्कार ।

साधनों और यंत्रो की बहुतायत के इस युग में
अपना पसीना बहाकर जो मेहनत करते हैं
और हमें जीवन की सुख–सुविधा मुहैया करते हैं
उनकी ओर हमने कभी ध्यान नहीं दिया ।

रोज–रोज हमारे घर–आंगन में आकर जो हमारी सेवा बजाते हैं,
हमने उनके चेहरे तक ठीक से देखे नहीं
दरवाजे पर उन्हें खड़ा रखा है, या पैसे के लिए
उनसे चक्कर कटवाये हैं ।

हमारी सुबह की जरूरतें पूरी करनेवाले
दूधवाले और अखबार वाले भाई
आंगन बुहारनेवाले और कूड़ा उठानेवाले बंधु
हमारे कपड़े धोनेवाले और बर्तन साफ करनेवाले सहायक
हर घर में जिसकी प्रतीक्षा की जाती है,
और हर घर तक पहुंचने में जिसके जूते
घिस जाते हैं वह डाकिया

अपनी जान जोखिम में डालकर हमारी मिल्कत
की रक्षा करनेवाले रात के चौकीदार

गर्मी हो ठंडी हो या बरसात हो
हमेशा वे चुपचाप अपने कर्तव्य का पालन करते रहते हैं ।
ये सब अपना काम न करें या गफलत करें
तो हमें कितनी तकलीफ होगी
यह हम जानते हैं ।

लेकिन वे अच्छी तरह से काम करते हैं
उनकी वजह से हमारी जिंदगी आसान बनती है
फिर भी हम उन्हीं के प्रति बधिर बने रहते हैं ।

हमारी इस उपेक्षा और अवहेलना के लिए
जल्दी से न दीखनेवाली इस अमानवीयता के लिए
परमेश्वर हमें क्षमा करो ।
हमारे इन बांधवों पर अपनी कृपा बरसाओ ।
हमपर उनका कितना ऋण है यह हम भूलें नहीं
उनके भी सुखदुख हैं, उनकी भी अपनी जरूरतें हैं
यह हमें याद रहे
जब भी उनसे हमारा मिलना हो,
उन्हें हम मनुष्य के नाते पहचानें
ऐसी कृपा करना, प्रभु ।

७४

परमपिता,
तुम्हें प्रणाम करके मैं आज के दिन में प्रवेश करती हूँ

मेरा मन चंचल है और
मेरे सांसारिक कामों का जाल बड़ा अटपटा
मुझे इस जाल में एकदम फंस जाने से बचाना

बेकार चीजों की इच्छा करने से
क्षुद्र बातों में शक्ति और समय गंवाने से
अर्थहीन प्राप्ति के पीछे दौड़ने से
बिना मेहनत किये धन पाने की लालसा से
मुझे बचाना ।

केई देखता नहीं – इसलिए परिस्थिति का लाभ उठालूं –
ऐसी दुर्बलता से
पैसा या सत्ता के बल पर किसी की असहायता का फायदा उठाने
की कठोरता से
बड़ी आसानी से जिसपर कदम बढ़ जाएं ऐसे दुष्कर्मों के
मार्ग पर पहला कदम रखने से
मुझे बचाना ।

जो मैं कर नहीं सकती, उसे करना ही नहीं चाहती
ऐसा कहने के दंभ से
जिस स्तर पर मैं नहीं पहुँच सकती, उस स्तर की
दूसरों से अपेक्षा करने से
जिन दोषों के लिए मैं दूसरों का तिरस्कार करती हूँ
वे ही दोष जब मुझमें पाये जायँ
तब उनके लिए बहाने ढूंढ़ने से

दूसरों के दोषआंखे फाड़कर देखने से और अपनी गलतियों
के प्रति आंखे मूंद लेने से
मुझे बचाना ।

कुछ प्रतिकुल घटे या कोई संकट आ पड़े
तब उसकी जिम्मेदारी दूसरों पर थोपने से
अपने से ऊंचे लोगों के समक्ष झेंप जानेसे
और अपने अधीन लोगों के आगे बड़प्पन हांकने से
मुझे बचाना ।

छोटे लोग छोटे हैं इसी कारण उनकी अवहेलना करने से

जो मुझपर आधारित हैं उनपर वर्चस्व जमाने की इच्छा से
अपने प्रति उदार और दूसरों के प्रति कड़ा
ऐसा दुहरा रवैया अपनाने से मुझे बचाना ।
प्रियजन कितना कुछ करते हैं उसे जाने बिना
और मैं कितनी ज्यादा मांग रखती हूँ उसे समझे बिना
उनके संबंध में जड़ और स्थगित होने से मुझे बचाना ।

हृदय की ऊष्मा जिनमें न हो ऐसे बेजान शब्द बोलने से
और आंखों के सामने जब किसी पर अन्याय हो रहा है
तब चुप रहने से मुझे बचाना ।

अरुचिकर और बिन समझी बातों को झट से
किनारे हटा देने की अधीरता से
मुझे बचाना ।
क्षुद्र संतोष और मूर्ख असंतोष से
मुझे बचाना ।
हे परमात्मा ।
मेरी ही बात सही है ऐसी जिद से मुझे बचाना ।
मैं सब कुछ जानती हूँ ऐसे अहंकार से मुझे बचाना ।

कामकाज का एक आनंद है, सफलता का एक नशा है
रोजमर्रा के छोटे छोटे कामों में अपने को
भुला देनेवाली एक विस्मृति है
इस आनंद से, इस नशे से, इस विस्मृति से
मुझे बचाना ।

सबेरे काम पर जाकर शाम को जब सकुशल लौटूं
तुम्हें धन्यवाद देकर
सारी कटुता ईर्ष्या, खेद और चिंता से अपने को अलग
करके तुम्हारी शांत, स्नेहमयी गोद में सो जाऊं और
अगली सुबह नया ताजगीभरा मन लेकर आंखें खोलूं ऐसा करना

७५

मेरा स्थान छोटा है और मेरा काम नगण्य है
ऊंचे मंचों से भाषण देने का
समाज में व्यापक परिवर्तन लाने का
किसी भव्य सर्जन या संशोधन द्वारा समाज
को समृद्ध बनाने का
इस विशाल मानव समुदाय को
किसी उच्च ध्येय की ओर ले जाने का कार्य
मेरे भाग्य में नहीं ।

लेकिन उससे क्या ?
ठाले बैठे बैठे
बड़े क्षेत्र की कल्पना या इच्छा करने का कोई अर्थ नहीं
इतिहास में सबके नाम स्वर्णाक्षरों में थोडे ही लिखे जाते हैं ।

बिना दंभ और आडंबर
एक कोने में बैठकर किये हुए
छोटे–छोटे काम भी महत्त्व के हैं,
तुम्हारी अनंत योजना में
मेरे हिस्से में जो अल्प कर्तव्य तुमने तय किये हों
उन्हें मैं आनंद और निष्ठा से निभाऊंगी ।
मुझे प्रतिफल कम मिले तो उसे
अपनी गलतियों का
या समय बरबाद करने का बहाना नहीं बनाऊंगी ।
कोई देखे या न देखे
कद्र करे या न करे
मैं अपना काम इतनी अच्छी तरह करूंगी
कि उसके लिए गौरव महसूस कर सकूं ।
तुमने भले ही मुझे छोटा क्षेत्र दिया
में उसे प्रकाश से भर दूंगी ।
चाहे कैसा भी तुच्छ काम हो
में उसे हृदय से, सुंदर ढंग से
तुम्हारा नाम लेकर करूंगी
तो उसमें तुम्हारी झांकी मिलेगी ।
नन्हें से रजकण को भी तुमने अपने विश्व में स्थान दिया है
आंख से न दीखने वाले अणु में भी शक्ति का भंडार भरा है
यह बात में कभी भूलूंगी नहीं, प्रभु ।

## ७६

हे परमेश्वर।
तुमने हमें उत्तम मित्र दिये हैं
उसके लिए तुम्हारे आभारी हैं।

—सुमित्र —
जिनके साथ दुःख बंट जाते हैं
और आनंद दुगुने हो जाते हैं
जिनके सामने हम जैसे हैं वैसे ही प्रकट हो सकते हैं
और जिनके पास बेझिझक हृदय खोल सकते हैं
जो हमारी निर्बलता को जानकर भी हमें स्वीकार करते हैं
और जो हमें ऐसा महसूस करवाते हैं
कि उन्हें हमारी जरूरत है,

जिनसे मिलकर हम हलके हो जाते हैं
और समृद्ध भी होते हैं
गलतफहमी होने के या
मित्रता टूटने के भय के बिना
जिनके विचार या कार्यों का हम विरोध कर सकते हैं
और इस विरोध के पीछे छिपे प्रेम को –
जो परख सकते हैं ।

जो लंबे अरसे से टिके हैं
तूफानों में साथी बने हैं
और भविष्य में भी जो हमेशा साथ रहेंगे
ऐसा विश्वास जिनके बारेमें रख सकते हैं
जो हमारे लिए बहुत कुछ करते हैं
और जिन्हें उसका अहसास तक नहीं होता
ऐसे मित्र तुमने हमें दिये हैं
इसलिए तुम्हारे प्रति कृतज्ञ हैं

परमात्मा,
हमको भी ऐसे मैत्रीभावसे भर दो
कि हमारे मित्रों की छिपी संभावनाओं को पहचान सकें
और उन्हें प्रकट करने में मददगार बनें ।
हम अपनी कमियां, कमजोरियां, गलतियां दूर करने के
और सात्विकता, सत्यनिष्ठा, निर्भयता बढ़ाने के प्रयत्न में
परस्पर एक दूसरे का सक्रिय साथ दें ।
हमारे अच्छे समय में जो हमारे साथ थे
वे दुर्दशा में से गुजर रहे हों,
उस समय हम उन्हें छोड़ न दें ।

जिसमें ईश्वरत्व का अंश झलकता हो
हमें ऐसे इस मैत्री–संबंध का वरदान दे, प्रभु ।

## ७७

हमारे पास सोना–चांदी–हीरे–मोती हों
हमारा रथ सफलता की राह पर दिन–प्रतिदिन अग्रसर हो रहा हो
इसका अर्थ हम ऐसा समझें कि हमपर तुम्हारी कृपा है
तो यह पर्याप्त नहीं ।
संसार के व्यवहार में रहकर यदि
हमारा मन स्वच्छ, सरल, निष्कपट रहे तो
यह भी तुम्हारी कृपा है ।
कठिनाइयों में हृदय आर्द्र बना रहे यह भी तुम्हारी कृपा है ।
निःस्वार्थ भावसे सत्कार्य करने का
अवसर मिले यह भी तुम्हारी कृपा है ।
मन में अच्छे विचार पनपें
मूक प्राणी और मूक वनस्पति–सृष्टि के लिए
हृदय में सहज करुणा और प्रेम रहे यह तुम्हारी कृपा है ।
राह चलते किसी की स्नेह भरी मुस्कान मिल जाय
पीठ को एक मृदु आश्वासनभरा स्पर्श मिल जाय
हमारी बात को ध्यान से, समझदारी से सुननेवाला श्रोता मिल जाय
हमें उदार, विश्वासभरा
और सूक्ष्म दृष्टिवाला
मन मिले यह भी तुम्हारी कृपा है ।
शांत होकर जब हम तुम्हारी प्रार्थना करते हैं
हमारे छोटे–छोटे दर्द, चिंताएं और बोझ
तुम उठा लेते हो –
यह तुम्हारी कितनी बड़ी कृपा है, परमपिता ।

## ७८

भगवान,
आज मैं एक दावत में गयी थी
वहां थाली में सजे खाद्यपदार्थों को देख में चकित रह गयी
इतने व्यंजन थे कि गिनना मुश्किल था
रसभरे और स्वादिष्ट
आग्रह कर–करके परोस रहे थे
सौगन्ध दे–देकर खिला रहे थे,
सब हंसी–खुशी खा रहे थे
मैंने भी खाया
ठूंस ठूंसकर खाया
अपनी भूख से बहुत अधिक खाया
तबियत बिगड़े इतना खाया
थाली में बहुत सा जूठा छोड़ा ।

खाने की उस खुशी में,
मैं भूल गयी कि भोजन तो शरीर टिकाने के लिए है
और भूल गयी उस बूढ़े को
जिसे आज सुबह घूरेसे कागज के टुकड़े बीनते देखा था
ताकि उसे बेचकर दो कौर पा सके

भूल गयी सुबह पढ़ी हुई खबर कि
भूख का दुख सह न सकने के कारण
एक स्त्री चार बच्चों के साथ
कुएं में कूद पड़ी
और भूल गयी उन हजारों-लाखों लोगों को
जो भूख से तड़पते हैं
शरीर को पंगु बना देनेवाली खेसरी दाल खाते हैं ।
किंतु अब मेरी अंतरात्मा मुझे कचोट रही है
सुबह तुम्हारी पूजा करते हुए मैंने कहा था
कि मैं ऐसा कोई काम नहीं करूंगी जिससे तुम नाराज हो ।
किंतु निशंक, मेरे इस कृत्य से तुम खुश नहीं हुए होगे
अब से जब भी
गरमागरम सुगंधित व्यंजनों से भरे थाल
और रंगीन प्यालियों की खनखनाहट के बीच होऊं
तब मुझे हमेशा याद रहेंगे मेरे भूख से बिलबिलाते बांधव ।
मैं जरूरत के अनुसार ही खाऊंगी
दुनियां के लाखों-करोड़ों भूखे लोगों को
मैं अन्न तो नहीं दे सकती,
किंतु में उनके लिए हृदय से प्रार्थना करूंगी
कभी कभी अपना भोजन छोड़कर
उनमें से किसी को खिलाऊंगी ।
स्नेह के नाम से,
सामजिक व्यवहार के नाम से,
दूसरों को आग्रह कर-करके खिलाने की,
असमय खिलाने की,
मौके-बेमौके चाय पिलाने की,
'थोड़ा सा और लीजिए न !' – जैसी प्रेमभरी ज़बर्दस्ती
करने की गलत प्रथाओं को तिलांजली दे दूंगी ।
मेरी यह संवेदनशीलता कभी कुंद न हो जाय
इतनी मुझपर कृपा करना, भगवन् ।

## ७९

बातें करना आसान है, जीना मुश्किल है
दुनियां को प्रेम करना आसान है, पड़ोसी को चाहना मुश्किल है
विश्वशांति के लिए जुलूस निकालना, भाषण झाड़ना आसान है
घर के लोगों के साथ मेल-जोल से रहना मुश्किल है ।
समानता और बंधुभाव का झंडा फहराना आसान है
घर के नौकरों को भाई मानकर सम्मान से
पास बिठाना मुश्किल है
मुसीबतों में कटु हो जाना आसान है,
उसमें तुम्हारी कृपा देखना मुश्किल है ,
दूसरों को क्या करना चाहिए, यह कहना आसान है
हमें जो करना चाहिए, वह करना मुश्किल है
इच्छाएं पूरी हों और अपेक्षा से अधिक मिले,
तब तुम्हें धन्यवाद देना आसान है
लेकिन,, जब आकांक्षाएं अधूरी रह जायें,
सोचा हुआ धूल में मिल जाय,
तब उसमें तुम्हारा प्रेम देखना मुश्किल है ।

परमात्मा,
हमें ऐसी दृष्टि दो कि आसान और मुश्किल का
भेद समझ सकें
हमें ऐसी शक्ति दो कि हम मुश्किल राह पर चल सकें –

८०

दुःख के कांटे हमें चारों ओर से घेर लें
किसी भी तरह मुसीबत और पीड़ा का अंत ही न आये
तब हम कह उठते हैं : यह हमारे कौन से कर्म हैं ?
इस जन्म में तो हमने कोई पाप नहीं किया,
किसी का बुरा नहीं सोचा,
हमें क्यों इतनी सजा मिल रही है ?

सच, भगवन्,
ऐसा हम कहते हैं इसका इतना ही अर्थ है कि
हम क्या कर रहे हैं इसका हमें भान नहीं है
हमने क्या सचमुच कभी कुछ बुरा नहीं किया ?
हर पल हम सन्मार्ग पर चले हैं ?
हमारे ह्रदय के भाव सदा निर्मल ओर पवित्र रहे हैं ?
कड़ुवे शब्द या ओछे व्यवहार से
क्या किसी को दुख नहीं पहुंचाया ?
क्रोध, झुंझलाहट, कठोर आलोचना से
किसी की मन की शांति को छिन्न–भिन्न नहीं किया ?

सत्ता के नशे में हमने दूसरों को दरवाजे पर खड़े रखकर
प्रतीक्षा नहीं करवायी ?
उनका तिरस्कार नहीं किया ? उनपर हुकुम नहीं चलाया ?
हम यांत्रिक निर्जीव, स्वार्थी बनकर जिये हैं
दूसरों की आंखों की वेदना देखने का समय हमें मिला नहीं
उनके हृदय की व्यथा सुनने की फुर्सत मिली नहीं
शायद तकलीफ को जानकर भी हम अनजान बने हैं
मदद न करने की दानत के लिए अपने साथ बहाने बनाये हैं

प्रेम और अनुकंपा से हमने किसी के आंसू नहीं पोंछे
तन, धन या मन से किसी के लिए कष्ट नहीं उठाये ।
अपने पराये में हमेशा भेद किया
धन प्रतिष्ठा को मान दिया और अकिंचनों की अवहेलना की
मनुष्य को मनुष्य के नाते आदर नहीं दिया
किस मुख से कहें कि हमने कभी कुछ बुरा नहीं किया ?
दुष्कृत्य न करना अपराध है –
तो सत्कृत्य न करना भी अपराध ही है

जब मुसीबत में पड़ते हैं तो रोते हैं
सवाल पूछते हैं
तुम्हें पुकारते हैं
व्याकुल होते हें

किंतु हम अपने लिए थोड़ा कम और
दूसरों के लिए कुछ अधिक जिये होते
बिना मुसीबत पड़े भी प्रेम से तुम्हारा नाम लिया होता
तो शायद संकट में हमारी श्रद्धा बनी रहती
मुसीबतें हमें इतनी कठोर न लगतीं
हमारे बंद कारागार में भी तुम्हारी सुंगध बसी होती ।

८१

ऐसा कहा गया है
जो खुदको और अपने बीबी–बच्चों को ही चाहता है वह शूद्र है
जो अपने वृध्द, परिवार और समाज को चाहता है वह वैश्य है
जो अपने समग्र देश और देश बांधवों
को चाहता है वह क्षत्रिय है
जो समूची मानवजाति को चाहता है वह ब्राह्मण है

हम तो भगवन्,
सबसे नीची सीढ़ी पर बैठे हुए हैं
हम अपने ही लिए कमाते हैं
अपने ही लिए खाते हैं और
अपने ही लिए बचाकर रखते हैं
और इसी में हमारे दिन, महीने, वर्ष
पूरी उम्र बीत जाती है ।
हमारे लिए, सिर्फ हमारे लिए हम अपने आपको खर्च करते हैं ।

और किसी के लिए कभी भी, कुछ भी करने का मौका आये
तो कहते हैं —
अरे, मेरे पास समय कहां है ?
कहां है मुझमें दौड़धूप करने की ताकत ?
इतने पैसे भी कहां है मेरे पास ?
दूसरे की मदद करने में हम असमर्थ हैं ऐसा इसलिए हम कहते हैं
क्योंकि दूसरों की मदद करने की हमारी इच्छा नहीं होती ।

और फिर भगवन्
हम तुम्हारी चाहे कितनी ही भक्ति करें
तुम हमपर कैसे प्रसन्न होओगे ?
भगवन्
हमें ऐसा सयानापन दो कि हम समझ सकें
कि हरएक सुंदर और ऊंची चीज पाने का आरंभ
घर से ही होता है
कि नीचे की सीढ़ी से हम ऊपर चढ़ने की
शुरुआत करेंगे तो ही हम कभी
'वसुधैव कुटुम्बकम' की विशालता को पा सकेंगे
कि 'हम ओर हमारे' की सीमा को लांघकर ही
तुम्हारी असीमता की ओर बढ़ सकेंगे ।

## ८२

कष्टों के घोर वन में जब हमें राह ढूंढ़े नहीं मिले
वेदना सहन न हो और शक्ति चुक जाये
तब मन बहुत खिन्न हो जाता है, श्रद्धा टूटने लगती है ।
'हमारे ही हिस्से में यह पीड़ा क्यों ?'
ऐसा अर्थहीन सवाल मन में उठता है ।

किंतु
मुसीबत किसपर नहीं आती ?
महान से महान मनुष्य को भी कभी न कभी
गहरे विषाद, की, अकेलेपन की छाया घेर लेती है ।

मुसीबत में हमारी प्रतिक्रिया अलग–अलग होती है
दुख को रोते रहते हैं, टूट जाते हैं
दुख को भुलाने के लिए चाहे जैसे उपाय अपना लेते हैं,
असंतोष और शिकायत को बार–बार दुहराकर –
दलदल में ज्यादा फंस जाते हैं,
संताप को ढांपकर,
मानों कोई तकलीफ है ही नहीं
ऐसा दिखावा करते हैं,
हिम्मत से जूझते हैं,
विद्रोह करते हैं
अथवा कठोरता और कटुता से जीर्ण हो जाते हैं ।

किंतु हम तनिक समझना चाहेंगे तो समझ पायेंगे
कि हमारी बहुत सारी मुसीबतें और पीड़ाएं,
हमारी महत्वाकांक्षा, आसक्ति और
भय की ही रचना है,
हम अपने मन को बस, जरा सा बदल लें
तो बहुत सी मुसीबतें अपने आप ही विलीन हो जायेंगी ।
किंतु, हम तो हर वक्त ऐसा ही चाहते हैं

कि सब कुछ आसान और निर्विघ्न हो,
किंतु, तुम जानते हो कि
मुसीबतों का एक विशेष मूल्य है
दुख और वेदना कभी भी निरर्थक नहीं होती
मूर्तिकार जैसे हथोड़ी से ठोक ठोककर मूर्ति गढ़ता है
उसी तरह वे हमें गढ़ती हैं
हममें जीवन की समझ जगाती हैं
हम जागृत हों तो चाहे जैसी
प्रतिकूल परिस्थिति भी
हमारे विकास का माध्यम बन सकती है
हमारी राह में फूल बिछे हों
माथे पर छाया हो
धन–दौलत के अंबार लगे हों
तब भगवन्
तुम्हारा हमारा संबंध ढीला पड़ जाता है
तुम से हम दूर–दूर हटते जाते हैं ।

हम कोई सहज तो तुम्हारे पास नहीं आते हैं
इसलिए यह मुसीबत हमें तुम्हारे निकट बुलाने की पुकार है
यह विकटता मानों तुम्हारी निकटता के लिए निमंत्रण है ।

शायद हमारे लिए वेदना जरूरी भी हो
जिससे उसके ताप से हम विशुद्ध और परिपक्व बनें
हमारे अंदर जो भी कच्चा कठोर और संकुचित है
वह मृदु–मधुर और विशाल बने ।
यह मुसीबत और पीड़ा तुम्हारा विशेष अनुग्रह है
तुमसे हम बहुत दूर निकल गये थे
इस दुःख ने हमें फिर से तुम्हारे निकट पहुंचाया है
यह संकट, यह पराजय, यह व्यथा
यह सब तुम्हारी कृपा ही है, प्रभु
इसमें हमारा कल्याण ही है ।

पृथ्वी रस पंखों में सजाकर
सूर्य किरण आंखों में रचाकर
उड़ती चली जाय अभीप्सा,
कभी इसपार कभी उसपार ।

## ८३

यों तो हर नया दिन, भगवान ।
तुम्हारी दी हुई तरोताजी भेंट है ।
जागृत मनुष्य के लिए हर दिन
नया आरंभ बन सकता है

—लेकिन आज मेरा जन्मदिन है भगवन् ।
इसलिए आज का दिन
विशेष प्रार्थना का, विशेष जागृति,
विशेष संकल्प का दिन है ।

आज के दिन, भगवान । मैं
धन, मान, कीर्ति और आरोग्य नहीं मांग रहा
परन्तु यह सब मुझे मिल जाये तो
उसका उपयोग सबके कल्याणार्थ कर सकूं
ऐसा सबके प्रति मैत्री भाव मांग रहा हूँ ।

आज के दिन, भगवान । मेरी यह मांग नहीं है कि
मेरा रास्ता सरल बने, मेरे काम निर्विघ्न पार हों
परन्तु यदि ऐसा हो, तो वह सफलता मुझे कृतज्ञ बनाये
और यदि ऐसा न हो, तो वह विफलता मुझे नम्र बनाये
यह मैं मांग रहा हूँ ।

लोग कहते हैं यौवन–काल उत्तम काल है
तरुणाई और स्फूर्ति
जीवन को ऐश्वर्य प्रदान करती है
किंतु इस ऐश्वर्य और शक्ति में, इस मस्ती और अभिमान में
मेरी राह तुमसे दूर न निकल जाये
यह मैं मांग रहा हूँ ।

जीवन को अच्छे ओर सही ढंग से जीने की
समझदारी मांग रहा हूँ ।
अभी तो बस कमाने का,
अधिक से अधिक सम्पत्ति प्राप्त करने का
जीवन की स्पर्धा और दौड़ में
दूसरों से आगे, और आगे
निकल जाने का अवसर है,
बाकी प्रार्थना तो बाद में, बूढ़े होंगे तब करेंगे,
अभी तो उसके लिए न समय है न सुविधा —
कहीं ऐसा मैं मानने न लगूं
यही मैं आज मांग रहा हूँ ।
क्योंकि प्रार्थना करना, तुम्हारे निकट आना
यह कोई पैसे की बात नहीं है, यह तो हृदय की बात है ।

जवानी में हम ऐसा बरतते हैं
मानों कभी वृद्ध होंगे ही नहीं
किंतु सूर्य को अस्त होने से नहीं रोका जा सकता
फूल को मुरझाने से नहीं रोका जा सकता
इसलिए हमारी यह मस्ती, यह स्फूर्ती
आसमान को नापते हुए पंख
मुरझा जानेवाली ये हमरी चीजें
सदाकाल टिकी रहें, यह मेरी मांग नहीं है ।
पर, ये सब अस्त हों जायें तब
इनसे कहीं अधिक सुंदर चीजें –
परिपक्वता, सौम्यता, वत्सलता, दूसरों को समझने की शक्ति
मुझमें उदित हो, यह मैं मांग रहा हूँ ।

इस दुनिया में तुमने मुझे जन्म दिया है
इसके लिए मैं तुमहारा कृतज्ञ हूँ
मैं ऐसा ह्रदय चाहता हूँ, जो इस दुनिया को
तुम्हारे लिए प्यार कर सके ।
यह सृष्टि तुमने आनंद से, आनंद के लिए बनाई है,
इसे मैं अपने स्वार्थ और बेपरवाही से क्षति न पहुंचाऊं
मूक प्राणियों और मधुर वनस्पति-सृष्टि को प्रेम करूं
हवा, पानी अैर भूमि को दूषित न करूं ।

हर दिन मैं एक सीढ़ी ऊपर चढ़ूं
हर कदम मैं तुम्हारे कुछ अधिक निकट जाऊं
रोज-ब-रोज, कुछ सत्कर्म से
अपने ह्रदय में बसे तुमको व्यक्त करूं
दुनिया को अपने द्वारा थोड़ी अधिक सुंदर बनाऊं
गत वर्ष की अपेक्षा,
प्रतिवर्ष जब यह दिन आये
मेरा जीवन ज्यादा कृतार्थ हुआ है
ऐसा कह सकूं- यह मैं मांग रहा हूँ ।
एक-एक जन्मदिन आता है, एक-एक वर्ष
जीवन में जुड़ता जाता है
मुझे यह याद दिलाता है कि समय कितनी
तेजी से बीत रहा है ।
हर क्षण मूल्यवान है, अंत कब आयेगा पता नहीं ।
शायद कल मैं न भी रहूं
इसलिए आज का दिन संपूर्णता से जीने का प्रयत्न करूं,
हर रोज ही मेरा नया जन्म होता है ऐसा मानूं
और प्रत्येक दिन विदा लेने के लिए
अपने जीवन की चादर निर्मल रखकर
तुम्हें समर्पित करने लिए तत्पर रहूँ,
आज अपने जन्म दिन पर, भगवान ।
तुमसे मैं यह मांग रहा हूँ ।

(जन्मदिन की प्रार्थना)

८४

परम पिता,
हमारे जीवन में आज से एक नया शुभारंभ हो रहा है
अपने आशीर्वाद से हमारा मार्ग हरियाला बनाना
हमारे सह जीवन के केंद्र में तुम रहना
हमारा गंतव्य भी तुम ही बनना ।

सुख और दुख में, बीमारी और कष्टों में
हम प्रेम और श्रद्धा से एक दूजे के साथ रहें
एक दूसरे की उपेक्षा या अनादर न करें
अपने विचार दूसरे पर न थोपें
दूसरे के स्वतंत्र व्यक्तित्व का मान रखें
उसके हृदय के एकांतों की रक्षा करें ।

अब हम केवल प्रवासी नहीं है
जिंदगी के सभी मुकामों पर
साथ रहने को समर्पित सह–यात्री हैं
हमारा प्रेम तुम्हारे असीम प्रेम तक पहुंचने का
एक छोटा किंतु महत्त्वपूर्ण सोपान है ।

और इसलिए, हम अपने संबंध को
सांसारिक अधिकारों का माध्यम न बनाएं
एक राह पर चलने वाले यात्रियों की मैत्री मानें
एक दूसरे के अवलंबन से पंगु न बनें
एक दूसरे का साथ पाकर सबल बनें
अतिपरिचय से अवज्ञा न करें
किंतु लगातार सिंचन से सुंदरता को प्रस्फुटित करें
अपने में खो न जायें
किंतु एक–दूसरे के द्वारा स्वयं को पायें

लोग कहते हैं : विवाह एक पवित्र बंधन है
लेकिन जो बंधन है वह पवित्र कैसे हो सकता है ?
हमारा प्रेम हमें बांधनेवाली जंजीर नहीं
हमें ऊंचे ले जाने वाले पंख बनें

हमारा जीवन समाधान और सुनियोजित व्यवस्था न रहे
किंतु एक जीवंत, नित्य नूतन अभिव्यक्ति का,
छलकते आनंद का उत्सव बना रहे ।
अपनी सुख–सुरक्षा में तृप्त होकर हम बंद न हो जायें
किंतु सभी के लिए द्वार खोलें
एक दूसरे को ही नहीं, बहुतों को चाहें
हमारे नीड़ में जो आये उसे शीतल छांह मिले ।

कली की तरह खिलता हुआ, सुगंध फैलाता हुआ संबंध
मनुष्य जीवन की एक उत्तम रचना है
हम उस रचना का तुम्हें अर्घ्य धरें
एक दूसरे की ओर ताकते रहने के बजाय
दोनों साथ–साथ तुम पर दृष्टि रखें
सुखी हों और सुखी करें
एक दूसरे में विलीन हुए प्रवाह की तरह नहीं, किंतु
साथ –साथ खड़े रहकर
तुम्हारी आरती उतारते हुए दो दीपक बने रहें ।
और हम दोनों में से किसी एक को जब तुम
अपने पास बुला लो
तब दूसरा
शोक से तड़पकर मरने के बजाय
इस आनंद से भरा–भरा रहे कि हमने सार्थक जीवन जीया है
विश्वासपूर्वक कह सके कि एक दूसरे के साथ से
हम और अच्छे बने हैं,

यही आज के अवसर पर हमारी प्रार्थना है ।

(विवाह प्रसंग पर )

८५

मैं प्रार्थना करता हूँ
अपने बच्चे को उसकी अपनी जिंदगी जीने दो, वह जिंदगी नहीं
जो मैं जीनाा चाहता था । जो करने में मैं सफल न हुआ उसे
करने का बोझ उसपर न लादूं, इस बारे में मुझे सचेत रखना, प्रभु ।

उसे अभी लंबी राह तय करनी है इस बात का ध्यान रखकर
उसके आज के गलत क़दम को मैं देख सकूं, इसमें मेरी सहायता
करना प्रभु । और मुझे इतना औदार्य देना कि उसकी धीमी
गति के प्रति धैर्य रख सकूं ।

प्रभु, मुझे ऐसा सयानापन दो कि उसके उम्र की छोटी–छोटी
शरारतों को कब हंसी में उड़ा देना चाहिए, यह जान सकूं ।
जिसका उसे भय लगता है और जिसपर वह काबू नहीं पा सकता
ऐसे आवेगों को कब दृढ़ता से संभाल लेना चाहिए – यह मैं जान सकूं ।

उसके क्रोध भरे शब्दों के कोलाहल को बींधकर या उसके गुमसुम
मौन की खाई लांधकर उसके ह्रदय की व्यथा सूनने में मेरी
सहायता करना । हे परमात्मा, मुझे यह औदार्य देना कि हम दोनों के
बीच फैली खाई समझभरी ऊष्मा से भर सकूं ।

मैं प्रार्थना करता हूँ कि कभी मेरी आवाज तेज हो जाये, तो इसलिए
नहीं कि उसके किये हुए पर मैं नाराज हूँ, बल्कि इसलिए कि उसकी
खुशी देखकर मैं बहुत खुश हूँ ।
ताकि दिन–प्रतिदिन वह आत्मविश्वास के साथ खड़ा हो सके ,
मेरी सहायता करो कि मैं उसे इतने प्यार से गले लगा लूं कि वह दूसरों
के प्रति मित्रता का अनुभव कर सके ।
अैर फिर मुझे ऐसा धैर्य दो, कि वह अपने मार्ग पर दृढ़ता से
आगे बढ़ सके, इसके लिए मैं उसे मुक्त कर दूँ ।

(एम. बी. डरफी के लेख में : माता पिता की प्रार्थना )

## ८६

प्रभु,
आज, मैं तुम्हारे पास बड़ा दुःखी हृदय लेकर आई हूँ ।
———को दुःसाध्य रोग ने घेर लिया है ।
उनका कष्ट और पीड़ा मुझसे देखे नहीं जाते ,
आगे क्या होगा इसकी कल्पना से मैं कांप जाती हूँ
उनके परिवार के लोगों की व्यथा असह्य है

हे भगवान,
उन्हें शांति दो, शांति दो, शांति दो ।
उनकी पीड़ा पर शीतलता का लेप करो
उनके हतोत्साह हृदय में शांत स्वीकृति का संचार करो
उनके टूटे हुए कुटुम्बियों को शक्ति, हिम्मत और धैर्य दो
उनके डाक्टरों और नर्सों के हाथों को शफा बख्शो
उनके हृदय मृदु और यहानुभूतिपूर्ण बनाओ ।

और भगवान, ऐसा करो –
ये दुःख़ उनकी दृष्टि को समझदार और विशाल बनायें
उनके विचार और भावनाओं को तुम्हारी ओर उन्मुख करें
और हमें भी यह शक्ति दो कि
उनकी मदद करने में अधिक से अधिक सूझबूझ दिखा सकें
निरर्थक चिंता की अपेक्षा सक्रिय सहायता द्वारा
हम अपना प्रेम प्रकट करें,
हो सके उतना सब कुछ करें
बाद का सब तुम्हारे हाथ सौंप दें
जीवन की इस यात्रा में उनका और
हमारा जो थोड़ा सा संग–साथ
तुमने तय किया है
उसे स्नेह और सेवा द्वारा सार्थक करें ।

(स्वजन की बीमारी में)

८७

यह बड़ी विड़ंबना है भगवान,
कि मेरी आजीविका का आधार लोगों की बीमारी है ।

किंतु यह मेरा सद्भाग्य भी है
कि लोगों की पीड़ा दूर करने का
उनकी सेवा द्वारा अपने स्वार्थ को क्षीण करने का
एक सुअवसर तुमने मुझे दिया है ।

मुझपर तुमने यह बड़ी जिम्मेदारी डाली है
इसे में पूरी निष्ठा से निभा सकूं
ऐसी शक्ति मुझे देना ।

बीमार को मैं, अपनी योग्यता की कसौटी का साधन न मानूँ
रोग–संशोधन या प्रयोग का माध्यम न मानूँ
सिर्फ पैसे कमाने का जरिया न मानूँ
उसे अच्छा करने के अलावा दूसरा कोई उद्देश्य न रखूं
उसका उपचार करते समय उसकी अमीरी–गरीबी पर ध्यान न दूं
ऐसी सद्बुद्धि मुझे देना ।

उसकी सभी शिकायतें मैं ध्यान से सुनूं
तन के साथ उसके मन की तकलीफ का भी ध्यान रखूं
निदान और दवा के अलावा
आशा और आश्वासन भरे दो स्नेहमय शब्दों की भी
उसे बड़ी जरूरत होती है, यह भूल न जाऊं
उसके स्वजनों की स्वाभाविक चिंता
और उनकी आर्थिक स्थिति का भी ध्यान रखूं

ऐसी अनुकंपा, धीरज और उदारता मुझे देना ।
यह व्यवसाय बड़े पुण्य का है
किंतु इसमें स्खलन के अवसर बहुत हैं
ऐसे समय पर अपने को संभाल सकूं
गंभीर निर्णय लेने की कठिन घड़ी जब आये, तब
व्यवसाय, ईमानदारी और परिवार के विश्वासपात्र मित्र
के नाते मेरी जो जिम्मेदारी है, उसमें मैं संतुलन रख सकूं
ऐसी विवेक–बुद्धि और स्थिरता मुझे देना ।

और इस सारे समय
मुझे याद रहे कि सबसे बड़े
सबसे महान वैद्य तो तुम्हीं हो
स्वस्थता का स्रोत तुम्हीं में से प्रवाहित होता है

मैं तो निमित्तमात्र हूँ –
ऐसी श्रद्धा मुझे देना ।

(डाक्टर की प्रार्थना)

## ८८

आयु की शाखा है
एक के बाद एक जीवन के पत्ते झड़ने लगे
और शक्ति की धारा क्षीण होने लगे।
तब मुझे जरा डर तो लगता है, भगवान।

पैरों को अब गठिया ने जकड़ लिया है,
कानों को ठीक से सुनाई नहीं देता
आंखों में मोतिया बिंद उतर आया है
मैं दूसरों पर बहुत निर्भर हो जाऊंगी
मेरा जीवन बिलकुल निरुपयोगी हो जायेगा
इसका मुझे तनिक डर तो लगता है, भगवान।

तुम कुछ कह रहे हो, भगवन्?
ओह—तुमने कितनी अच्छी बात कही :
"शरीर की शक्ति लेकर तुम्हें क्या करना है?
तुम्हें हिमालय की चढ़ाई थोड़े चढ़नी है?
पहाड़ काटकर गंगा थोड़े ही बहानी है?"

सच्ची बात है, भगवन ।
तुमने भला कब कहा था कि
मैं हृष्ट पुष्ट और तंदुरूस्त होऊंगी
तभी तुम्हें प्यार कर सकूंगी ?
दुनिया के बाजार में हजारों जगह भाग–दौड़ करती हुई मैं
तुम्हें थोड़े ही चाहिए ?
जब मैं जवानी की शक्ति के शिखर पर थी
तब में तुम्हारे निकट थोड़े ही थी ?

तब तो तुम उदास नजरों से मेरी बाट जोह रहे थे
तुम्हें तो चाहिए था रागद्वेष अभिमान से मुक्त एक शुद्ध हृदय
और उस हृदय में प्रेम का जगमगाता गीत ।

और यह गीत तो, मेरे पास कुछ भी न हो
सिर्फ श्वास ही बचा हो
तब भी गा सकती हूँ, है न ?

शरीर चाहे शक्ति हीन हो, लेकिन चित्त सशक्त बने
नजर भले ही धुंधलाये, मन ज्ञान से उज्ज्वल बने
हाथ–पैर चाहे शिथिल हो जायें, हृदय तुम्हारी ओर अधिक गतिशील हो
उम्र की घड़ियां चाहे एक के बाद एक घट रही हों, किंतु
मैं यदि, शक्तिहीन पंगु स्थिति में भी
उत्साह, आशा, आनंद और भक्ति से लबालब भरी रहूं
तो दूसरों के लिए एक मिसाल बन सकूं
और तब यह मेरा प्रदान भी हो सकता है
तो फिर
अंतिम क्षण तक
जीवन निरुपयोगी नहीं है – है न भगवन ?

(असहाय शरीर–स्थिति में)

८९

बीमार हूँ, बिस्तर पर पड़ी हूँ
एक के बाद एक मेरे पीड़ा भरे दिन बीत रहे हैं

अस्पताल और आपरेशन, दवा और डाक्टर
वेदना, त्रास और दबी चीखों के एक अशांत वातावरण ने
मुझे घेर लिया है ।

पहले इस स्थिति की कल्पना मात्र से मैं घबरा उठती थी
पीड़ा के विचार मात्र से में भयभीत हो जाती थी, भगवन ।

लेकिन आज जब मैं इनके बीच हूँ
तब लगता है
इन सबको शांतिपूर्वक सहन करना मुश्किल तो है, असंभव नहीं ।

मेरी बीमारी ने मुझे अपने अंदर झांकने का मौका दिया है
और मेरी शारीरिक पीडा ने ही मुझे
मैं सिर्फ शरीर हूँ इस खयाल से मुक्त किया है ।

महावीर के कानों में ठोकी गयी कीलों की असह्य पीड़ा
सूली पर चढ़ाये हुए ईसा की हृदयभेदी चीख
रामकृष्ण के कैन्सर की दाहक वेदना —

इन भयंकर, क्रूर कसौटियों के बीच भी
उनकी महिमा और तेज झलक उठा था ।

वेदना का संकेत अब मैं समझने लगी हूँ
और उसके आगे सर झुकाती हूँ
इस पीड़ा में धुलकर मेरा अस्तित्व परिशुद्ध बन रहा है ।

दुनियां के लाखों करोडों पीड़ीत जनों के साथ
मैं तादात्म्य अनुभव करती हूँ ।

इस बीमारी ने मेरे हृदय–क्षितियों का विस्तार किया है
इस सारी स्थिति को मैं तुम्हारा अनुग्रह ही मानती हूँ ।

डाक्टरों और नर्सों की देखभाल में
स्वजनों की प्रेमभरी सेवा में
दूर–दूर से आने वाले पत्रों द्वारा प्रकट होती चिंता में
शीघ्र अच्छे होने के लिए भेजे संदेशों में और गुलदस्तों में
में तुम्हारी कृपा महसूस करती हूँ और तुम्हारा स्मरण करती हूँ ।

इन सबके प्रति मैं कृतज्ञ रहूं
उनपर कम से कम बोझ डालूं
मुझे अच्छा करने के उनके प्रयत्नों में
हृदय–पूर्वक उन्हें सहयोग दूं – ऐसा करना प्रभु ।

स्वयं अपने पर तरस खाने से मुझे बचाना
बीमारी के नाम पर अयोग्य मांगे और अपेक्षाएं
करने से मुझे बचाना – प्रभु ।

मेरे आसपास, मेरी ही तरह
जो लोग दुखी और बेबस बिस्तर पर पड़े हैं
उन सभी पर अपने आशीर्वाद बरसाना
और –
कभी किसी बार, घोर संताप के क्षणों में
तुमपर मेरी श्रद्धा, शायद डगमगा जाये
तब मुझे क्षमा करना प्रभु, और
नीरव कदमों से आकर मेरे दीये की बाती संवार देना ।

(गंभीर बीमारीमें)

## ९०

भगवान,
अब मैं वृद्ध हे चुका हूँ, जीवन के छोर पर आ खड़ा हूँ
अब मुझे ध्यान आता है कि
कैसे क्षणिक सुख और व्यर्थ इच्छाओं में
मैंने अपनी जीवन शक्ति और समय नष्ट किया है ।

मुझमें अब पहले जैसी शक्ति नहीं
मेरी दृष्टि मंद पड़ गई है, हाथ–पैर शिथिल हो चुके हैं
मुझे जो करना चाहिए था वह मैंने किया नहीं
किंतु अब खेद और पछतावे में ही बाकी के दिन
पूरे हो जायें, ऐसा मुझे नहीं करना है ।

लोग कहते हैं कि वृद्धावस्था दूसरा बचपन है
बचपन माने विकास की अनंत संभावनाएं
बचपन माने विस्मय का अनंत उद्‌घाटन
वृद्धावस्था कोई पूर्णविराम नहीं हैं
अभी तो मुझे बहुत विकसित होना है

उसके लिए काम करने का समय अभी ही मिला है
अभी मैं जो–जो बीज बोऊंगा
वे अगले जन्म में पल्लवित होंगे ।

आज तक मैं अपने में ही बंदी था
अपने को ही देखता था
अपनी तृष्णा की आवाज ही सुनता था ।
मुझे तो अभी भी अपना ही वर्चस्व चलाना था,
किंतु तुमने मुझे देह से दुर्बल बनाकर
कैसे मेरे पींजड़े को तोड़ डाला भगवान ।
और एक ही झटके में कैसे मुझे आसक्तियों से
अपने घर का कर्णधार मैं ही रहूं, ऐसे आग्रह से
मुक्त कर दिया, प्रभु ।
अब मेरा शरीर भले ही निढ़ाल हो
मेरा मन हलका होकर आनंद प्रवाह में तैर सकता है
क्योंकि मुझे कोई मोह नहीं है,
में ही सब जानता हूं और में ही सब कर सकता हूँ –

ऐसे अहंकार से,
जिम्मेदारी, चिंता, मजबूरी से अब में मुक्त हूँ ।

अब मैं चाहूं तो सिर्फ तुम्हारी और दृष्टि लगाकर बैठ सकूं
चाहूं तो अपना पूरा समय शक्ति–ध्यान तुममें केंद्रित कर सकूं
हाथ–पैर चाहे शिथिल हों और दृष्टि चाहे मंद पड़ गई हो
अपनी कैद से बाहर निकलकर, धीरे से पंख फैलाकर
चाहूं तो तुम्हारी ओर उड़ सकता हूँ ।

हो सकता हे अब तो सिर्फ हम दोनों की ही गोष्ठी जम जाय –
है न भगवान ।
( वृद्धावस्थामें )

आखिर तो हम मनुष्य हैं, भगवन् ।
इसलिए कभी–कभी हम बिलकुल ही टूट जाते हैं
हमारे सारे दीये एक साथ बुझ जाते हैं ।

अच्छी तरह से व्यवस्थित हमारा जीवन हो
सुख की चादर तानकर हम निश्चिंत सोये हों
तब अचानक काल का एक वज्र प्रहार होता है
हममें से किसी एक को अनजाने ही बुला लिया जाता है
हमारी पूरी सृष्टि छिन्न–भिन्न हो जाती है
पांव–तले से जमीन खिसक जाती है ।
हमारा हृदय विषाद से भर आता है
दिन लंबे और सूने लगते हैं, रातें निद्राहीन,
आंसुओं से भरे हम हताशा की गर्त में डूब जाते हैं ।
यह क्या हुआं ? यह क्या हो गया ? – ऐसी मूढ़ता
हमको घेर लेती है ।
भगवान, यह तुमने क्या किया – ऐसी व्याकुलता से हम
चीख उठते हैं ।
किंतु तुम्हारी इच्छा के आगे समर्पण किये बिना
तुम्हारा तरीका हम केसे समझ सकते हैं ?
इस वज्राघात के पीछे तुम्हारा कोई हेतु जरूर होगा
तुम्हारी दृष्टि में तो सब कुछ स्पष्ट, योग्य ओर सोद्देश्य होगा

शायद हमें सुख–सुरक्षा में नींद आ गई थी
शायद हम भूल गये थे कि हम यहां हमेशा
बने रहने वाले नहीं

तुमने हमें याद दिलाया कि
जो फूल खिलता है उसे झड़ना भी होगा ,

अपनी नींद की हमने कड़ी कीमत चुकाई है
हारे हुए, पराजित, वेदना से विद्ध
हम तुम्हारी शरण में आते हैं ।

इस घोर विपदा से पार होने की हमें शक्ति दो
हमें समत्व और शांति दो,
धीरज और श्रद्धा दो, कि
हम हिम्मत से जी सकें
व्यर्थ विलाप में समय न गवाएं
शोक को गले लगाये न घूमें,

आंसुओं से धुंधलाये पथ पर
हम ज्ञान का दीप जलाकर यात्रा करें
व्यथा के भंवर में ही हम सत्‌चित् आनंद का केंद्र ढूंढ़ पायें,

मृत्यु के असूर्य लोक से निकलकर
शाश्वत जीवन पर दृष्टि जमायें
और जब लगे कि पर्थिव संबंध के सभी तार टूट गये हैं
तब उस अमृतलोक के हम दर्शन पायें
जहां कोई विच्छेद नहीं है, क़ोई विनाश नहीं है,
इसके लिए हमें शक्ति दो,
प्रकाश दो,
प्रज्ञा दो,

(स्वजन के न रहने पर)

## ९२

एक छोटे से परिवार को मुझे सौंपकर
तुमने जो विश्वास मुझमें व्यक्त किया है, प्रभु ।
उसके लिए मैं तुम्हारा आभारी हूँ
उस विश्वास को मैं उज्ज्वल रख सकूं
ऐसा मुझे आशीर्वाद दो ।

और मुझे हृदय का वह बड़प्पन दो, प्रभु ।
कि इस छोटे से घर को हंसता–खेलता रख सकूं
अपनी किसी ज़िद, दुराग्रह या स्वभाव की कमी से
घर की शांति और आनंद खंडित न करूं
घर के लोगों को प्रसन्न रखने की अपनी जिम्मेदारी निभा सकूं ।

और मुझे प्रेम की ऐसी शक्ति दो, प्रभु ।
कि मैं एक ऐसे घर का सृजन करूं –
जहां किसी का किसी पर बोझ या दबाव न हो
जहां फूल की तरह सब खिलें और संगीत की तरह संवादी रहें
जहां सभी को मुक्त अभिव्यक्ति का अवसर मिले
जहां स्वतंत्रता और उत्तरदायित्व के बीच संतुलन बना रहे

जहां सबको एक दूसरे का स्नेह और आधार मिले
जहां छोटे बच्चों से लेकर परिचारकों तक
सबके व्यक्तित्व का सम्मान होता हो
जहां अमीर से अमीर और गरीब से गरीब मेहमानों का
एक जैसा सत्कार होता हो
और परमात्मा, मुझे ऐसी सरलता दो
कि जीवन के निर्दोष, सात्त्विक आनंद में सबकी साझेदारी हो
खुली हवा का आनंद, सुनहरी शाम के आकाश का आनंद
नक्षत्रों को निहारने का, और चांदनी रात में गीत गाने का आनंद
फूलों को, वृक्षों को, प्राणियों को, पुस्तकों को चाहने का आनंद
दूसरों को सुखी करने का आनंद
अच्छे से अच्छे ढंग से पेश आने का आनंद
कामकाज में से समय निकालकर
साथ में प्रार्थना करने का आनंद

मैंने कितना भव्य, आलीशान मकान बनाया
कितनी सम्पत्ति इकठ्ठी की – यह नहीं
किंतु इस घर में कितनों को विश्रांति मिली
इसकी हवा में कितनों को आश्वासन, शीतल छांव और
आत्मीयता की ऊष्मा मिली –

यह मेरी सार्थकता हो ।

अपनी संतानों को मैं धन या वस्तुओं का संग्रह नहीं
किंतु सक्रिय मनुष्य–प्रेम और गहरे परमात्म–प्रेम की विरासत दूं,
और जीवन के एक मोड़ पर
उन्हें पंख निकल आयें वे अपना–अपना नीड़ बसाने उड़ जायें
तब आधार और आसक्ति के जाल तोड़कर
घर के एकाकीपन को
तुम्हारी शांत प्रसन्नता से पूर्णतया भर दूं ।

(गृहस्थ की प्रार्थना)

## ९३

प्रभु,
मुझे एक ऐसा पुत्र देना, जो
इतना बलवान हो कि अपनी दुर्बलता को जान सके
इतना पराक्रमी हो कि भयभीत होने पर
स्वयं का सामना कर सके ।
सच्चे पराभव में गौरव माने और स्थिरचित्त बना रहे
विजय में विनम्र और सुशील बना रहे ।

प्रभु, मेरे पुत्र को ऐसा बनाना कि
जहां उसके सामर्थ्य की दरकार हो, वहां वह स्वार्थ न साधे
मेरा पुत्र तुम्हें पहचाने
और विश्वास रखे, कि,
पूर्ण ज्ञान तक ले जाने वाली सीढ़ी का पहला सोपान
अपने आपको जानना है ।

हे भगवान, उसे ऐसे रास्ते न भेजना,
जहां आराम और अनुकुलता के फूल खिले हों,
उसे ऐसे रास्ते पर चलना सिखाना,
जिसपर चुनौती, संघर्ष और कठिनाइयों के कांटे बिछे हों

और उस रास्ते जब आंधी और तूफान आये
तब वह स्थिर रहना सीखे
उस झंझावात में जो धराशयी हुए हों
उनके प्रति उसकी करुणा का स्रोत बहे ।

मेरे पुत्र का हृदय स्वच्छ और निर्मल हो, प्रभु ।
उसका ध्येय महान हो ।
दूसरों पर प्रभुत्व जमाने की इच्छा जागे
उससे पहले वह स्वयं पर काबू पाये ।

वह दिल खोलकर हंसना सीखे
साथ ही उसके नयन कभी आंसुओं से सजल भी हों
उसकी दृष्टि भविष्य की झलक के साथ
बीते हुए समय को भी देख सके ।

मेरी अतिम प्रार्थना यह है, प्रभु ।
उसे थोड़ी विनोद–वृत्ति भी देना
जिससे वह हमेशा गंभीर रहकर
अपने आपके प्रति अनुदार न बने,
उसे विवेकी बनाना
जिससे वह सच्ची महानता की सरलता को,
बुद्धिमत्ता के औदार्य को पहचान सके ।

यदि ऐसा होगा, तो मेरी जुबान
कृतज्ञ होकर होले से कहेगी –
'मेरा जीवन व्यर्थ नहीं गया ।'

(पिता की प्रार्थना )

## ९४

पृथ्वी पर मेरे ये अंतिम दिन हैं
अब किसी भी पल मेरी आंखें बंद हो सकती हैं

जीवन के इन अंतिम दिनों में
हे प्रभु ।
मैं तुम्हारी और सिर्फ तुम्हारी ही निकटता का अनुभव करूं
ऐसा करना ।
मेरा मन –
किसी वस्तु
किसी व्यक्ति
किसी वृत्ति में अटका न रहे
किसी पीड़ा से विचलित न हो
किसी अधूरेपन की ग्लानि में उलझा न रहे
ऐसा करना ।
मरण पलों में मैं मांगू केवल तुम्हारा स्मरण
तुम्हारी निकटता
ओठों पर तुम्हारा नाम
तुम्हारा गान
हृदयमें तुम्हारी विराटता ।
छोटे सुखों और बड़े दुःखों में
पूरा जीवन बीत गया है –
मैंने यथा संभव सच्चाई से जीने का प्रयास किया है
दुनिया के छल–प्रपंचों से हृदय को मैला नहीं होने दिया है

मैंने तुम्हें पूजा है
और उसकी अमृत शांति से मेरा मन भरा–भरा है ।

अब सब कुछ छोड़ने का समय आ गया है
मेरे मन में कोई इच्छा नहीं, कोई कामना नहीं
कोई रंज नहीं, केई गिला नहीं
जग के रिश्ते–नातों और कार्यलापों से
मेरा मन हट गया है

मृत्यु की उत्कट अनुभूति को परम जिज्ञासा से
जी जाने के लिए,
तन की दीवारों को भेदकर, जगमगाते लोक की ओर
उड़ जाने के लिए,
मैं पूरी तरह तैयार हूँ ।
प्रभु,
अब मृत्यु किसी भी पल आये
मैं उसे शांत मन अैर जागते तन से गले लगा सकूं
देह छोड़ने की पीड़ा से अछूता रहकर
उसे परम–मांगल्य का पल बना सकूं,
ऐसा करना ।
मृत्यु के समय,
खुले आकाश के नीचे
तुम्हारी विराटता,
तुम्हारीसत्यता,
तुम्हारे प्रेम का,
तुम्हारे प्रकाश का, ध्यान करते–करते
अपनी आंखें आनंद से मूंद लूं
ऐसा करना
हे परमात्मा ।

(आखिरी दिनों में)

९५

धूप–छांव से भरे जीवन के हजारों दिन
जिनके साथ मैंने बिताये हैं,
अब उनकी विदा का समय आ गया है ।
भगवान, इस समय मुझे अपना विचार नहीं करना है
मेरा क्या होगा, मेरा जीवन कैसे चलेगा,
इसकी चिंता नहीं करनी है
प्रेम से हम साथ जीये हैं
प्रेम से मुझे विदाई देनी है ।

परमात्मा, मुझे शक्ति दो कि
विदा–बेला में मैं शांत स्वर में कह सकूं :

'इस मृत्यु को छोड़कर, ज्योति–लोक की ओर
होले से उड़ जाओ, प्रिय —— ।
तुम्हारे आसपास हम सबका प्रेम मह महा रहा है
उस प्रेम से अपना ह्दय भर लो
शरीर को भूल जाओ
जीर्ण वस्त्रों की पोटली की तरह उसे यहां छोड़ दो
अमृतत्त्व के मार्ग पर नव प्रयाण करो ।

तुम जहां भी जाओगे, हमारा प्रेम और
हमारी श्रद्धा हमेशा तुम्हारे साथ होंगे
कोई भय नहीं, कोई दुख नहीं –
वहां शांति है, अधिक विशाल सत्यों की भूमि है
शरीर की यातनाओं में से मुक्त होने की घड़ी आई है
सारा अतीत, सारी आसक्ति झड़ जाये
किसी बात का खेदं न रहे ।

भगवत् प्रेम,
वह अंतहीन, मधुर प्रेम
हमारे अपराधों को मन में न रखने वाला
क्षमा करने को सदा तत्पर
ऐसा प्रेम तुम्हें अपनी भुजाओ में भरने को तैयार खड़ा है ।
सुख से जाओ
निर्भयता से आगे कदम बढ़ाओ
सब शांतिमय, आनंदमय, कल्याणमय ही है
ॐ शांति : शांति : शांतिः ————

(चिरविदा की बेला में)

## ९६

इस पृथ्वी को तुमने
इतना सुंदर और प्रकाशवान बनाया है,
उसके लिए प्रभु, मैं तुम्हारा आभारी हूँ।

यहां प्रकाश और वैभव, और आनंद
भरपूर भरे पड़े हैं।
आर्द्र भाव और आर्द्र कार्य
हमारे इर्द–गिर्द इतने फैले हैं,
कि गहरे से गहरे अंधेरे में भी
प्रेम का थोड़ा–सा अंश तो सबको मिल ही जाता है।
तुम जानते हो प्रभु, कि
हमारे हृदय कैसे निर्बल हैं, सहारा ढूंढ़नेवाले हैं।
इसीलिए तो तुमने हमें मृदु और सच्चे आनंद दिये हैं
किंतु उन सबको पंख लगे हैं।

–इसके लिए तो मैं तुम्हारा
और अधिक आभार मानता हूँ – कि
हमारे आनंद को पीड़ा का स्पर्श हुआ है
प्रकाश से जगमगाते क्षणों पर कभी धुंधलका भी छा जाता है,
कांटे भी चुभते हैं,
और ऐसा शायद इसलिए है, कि
पृथ्वी का आनंद हमारा मार्गदर्शक बने
हमें बांध रखने वाली जंजीर नहीं।

(कझान स्पिरिच्युअल आभार दर्शन)

## ९७

हमारी प्रार्थना इसलिए नहीं , कि
हम जो मांगे तुमसे मिले
हमारी प्रार्थना तो तुम्हारी ओर
हमारे हृदय उन्मुख करने के लिए है,
ताकि हमारे द्वारा
तुम्हें जो करना हो, वह कर सको ।

हमें जो चाहिए – वह नहीं
किंतु, तुम जो चाहो, उसे कैसे स्वीकारें,
तुम्हारी मर्जी अपने अनुकूल न चाहें किंतु,
अपना मन और अपने दृष्टिकोण बदलें
तुम्हारे अनुरूप अपने को ढालें
यही प्रार्थना का लक्ष्य है –

सच्ची और सफल प्रार्थना अर्थात् –
इच्छित परिणाम नहीं
किंतु, परम को पाने की गहरी अभीप्सा ।
परमात्मा पर पूरा विश्वास
अपनी पकड़ छोड़ देने की,
कुछ भी बांधे न रखने की,
भगवान जो करे, उसे स्वीकार करने की तैयारी ।
प्रार्थना माने –
परम पिता के सामीप्य का अनुभव करना
और उसके अनुरूप जीना ।

## ५८

मेरी प्रार्थना के शब्द जब शांत हो जायें
और उनकी गूंज भी आकाश में विलीन हो जाये
तब मेरे भावों के स्पन्दन
मेरे हृदय में झंकृत होते रहेंगे ।

ये भाव लहरें भी
तुम्हारे चरणों में ढलकर, उछलकर, बिखर जायें
तब मेरे प्राणों के गंभीर कगारों पर
तुम्हारा स्पर्श रहेगा ।

भावों का यह प्रवाह
भावस्थैर्य की प्रशांत भूमि में पहुंचेगा
तब तुम्हारे साथ
मेरा अस्तित्व भाव-ऐक्य प्राप्त करेगा ।

## ९९

शब्दों की यह दीर्घ यात्रा समाप्त कर
मैं श्रवण के किनारे पहुंची हूँ ।
मैं अब तुम्हारी ओर कान लगाऊं
तो तुम्हें मुझसे बोलते हुए सुन सकूं ।

रेगिस्तान के बीच तुम हमें जल दोगे
अग्नि के बीच शीतल स्पर्श,
मुझे और कुछ नहीं चाहिए
मैं तो बस तुम्हारी ही अपेक्षा रखती हूँ
तुम्हारी ही राह देखती हूँ
मौन होती हूँ ।

अब तुम बोलोगे और मैं सुनूंगी ।

१००

ॐ द्यौः शान्तिः । अन्तरिक्षं शान्तिः । पृथ्वी शान्तिः ।
आपः शान्तिः । ओषधयः शान्तिः । वनस्पतयः शान्तिः ।
विश्वेदेवा शान्तिः । ब्रह्मः शान्तिः ।
सर्वं शान्तिः ॐ शान्तिः शान्तिः शान्तिः
ॐ स्वर्ग शांतिरूप हो, अन्तरिक्ष शांतिरूप हो,
पृथ्वी शांतिरूप हो, जल शांतिरूप हो, औषधियां
शांतिरूप हो, ब्रह्म शांतिरूप हो, सर्व शांतिरूप हो,
शांति ही शांति हो ।

o

स्वस्त्यस्तु विश्वस्य खलः प्रसीदतां
ध्यायन्तु भूतानि शिवं मिथो धिया
मनश्च भद्रं भजतादधोक्षज
आवेश्यतां नो मतिरप्यहैतुकी ।

हे नाथ, समग्र विश्व का कल्याण होवे, दुष्ट लोग
कुटिलता छोड़कर प्रसन्न होवें, सर्व प्राणी
बुद्धिपूर्वक एक दूसरे के कल्याण का विचार करें
हमारे मन कल्याण मार्ग पर चलें, हम सबकी बुद्धि
निष्काम भावसे अधोक्षज भगवान में लीन रहे ।

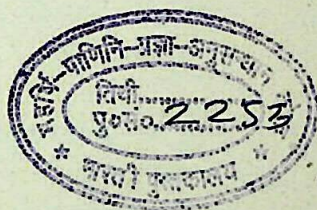
(भागवत )

१०१

सर्वेऽत्र सुखिनः सन्तु
सर्वे सन्तु निरामयाः
सर्वे भद्राणि पश्यन्तु
मा कश्चित् दुखमाप्नुयात्

इस जग में सब सुखी होवें, सब निरोगी रहें,
सब कल्याण देखें, कोई भी प्राणी दुःख न पाये ।

# अनुक्रमणिका


| | | |
|---|---|---|
| १ | असतो मा सद्गमय | १ |
| २ | तेजोऽसि तेजौ मयि धेहि | २ |
| ३ | यदेम्प्रिस्फुरन्निव | ३ |
| ४ | दते दंह मा | ४ |
| ५ | यत्रानन्दाश्च मोदाश्च | ५ |
| ६ | नमः शम्भवाय च | ६ |
| ७ | यस्मिन्निदंयतश्चेदं | ८ |
| ८ | नमस्ते सते ते जगत्कारणाय | १० |
| ९ | वयं त्वां स्मरामो | ११ |
| १० | वाणी गुणानुकथने | १२ |
| ११ | हे शुद्ध, हे उदार | १४ |
| १२ | नाम–संकीर्तन करता हुआ ज्ञानदेव | १५ |
| १३ | कुटिल तजे कुटिलता | १६ |
| १४ | देव, मैं तुम्हारे चरणों में | १७ |
| १५ | साधक तीर्थों में ईश्वरको | १८ |
| १६ | जगदंबा, मैं अपने आपको | १९ |
| १७ | यह रहा तुम्हारा पुण्य | २० |
| १८ | मां तारा, क्या ऐसा दिन कभी आयेगा – | २१ |
| १९ | हे प्रभु, मै नर्क के डरसे | २२ |
| २० | हे परमात्मा, तुम मुझे अपनी शांतिका | २३ |
| २१ | हे नित्यनूतन | २४ |
| २२ | एक गहन नीरव चिंतन में | २५ |
| २३ | प्रत्येक दिन, प्रत्येक पल | २६ |
| २४ | प्रभु, तेरे प्रति | २८ |
| २५ | हे नम्रता के सम्राट | ३० |
| २६ | हे निगूढ़ जीवन | ३१ |

२७ वपत्ति में मेरी रक्षा करो ३२
२८ रोजसबेरे ३३
२९ अपनी पताका ३४
३० तुम्हारी सेवा में यह मेरा ३६
३१ यदि तुमको मैं देख न पाया, प्रभु । ३८
३२ सच्चाई भरे शब्द और स्नेहभरे वचन ३९
३३ तुम्हारे चरणकमलमें ४०
३४ हे नाथ, हम दुनिया के ४१
३५ हमें इस लायक बनाओ ४२

३६ हे प्रभु, मेरे प्रेम को बचाओ ४४
३७ मेरा जीवन ले लो, ४५
३८ प्रभु, में नहीं जानता ४७
३९ हे प्रभु, मृत्युपर्यंत के मार्गदर्शक, ४८
४० भगवान, में जानती हूं ४९
४१ तुम्हेंछोड़कर मेरा ५१
४२ मैंने ईश्वर से शक्ति मांगी ५२
४३ प्रभु देखो, यहां ५३
४४ परमात्मा, अपनी सारी योजनाएं ५५
४५ मैं ऐसी मांग ५६
४६ रोज रोज मैं प्रार्थना करता हूँ – ५७
४७ प्रभु, मेरेमस्तक में बसो ५८
४८ हे परमात्मा, हमारे विचार ६०
४९ हे परमात्मा, आजके इस मंगल. ६१
५० हजारों वस्तुओं में ६३
५१ मैं व्रत उपवास ६५
५२ मुझे किसी चीज का भय नहीं ६६
५३ रात उतर आयी है ६७
५४ यह हमारी कैसी दुर्बलता ६९

| | | |
|---|---|---|
| ५५ | कुछ लोग मानते हैं भगवान | ७१ |
| ५६ | हे प्रभु, जब हालात बुरे हों | ७३ |
| ५७ | प्रेमकी बातें तो हम – | ७४ |
| ५८ | जब सुबह मैं सूर्यके | ७७ |
| ५९ | आज रात नींदमें | ७९ |
| ६० | हे परम प्रभु | ८१ |
| ६१ | आज मैंने समझा है | ८२ |
| ६२ | भगवन् ! आज तुमने मुझे | ८५ |
| ६३ | परमात्मा, मुझे हृदय का ऐसा बड़प्पन दो – | ८७ |
| ६४ | यूं तो रोज रोज | ८९ |
| ६५ | कभी कभी यूं होता है | ९० |
| ६६ | इस दुनिया में ऐसे अनगिनत लोग हैं | ९१ |
| ६७ | आजतक, | ९३ |
| ६८ | कईबार, प्रार्थना करने के बाद | ९५ |
| ६९ | कभी – कभी मनमें आता है | ९७ |
| ७० | अंधेरा धुल गया है | ९९ |
| ७१ | अपने इन शोक के दिनों में | १०१ |
| ७२ | भगवान हम तेरे बारेमें | १०३ |
| ७३ | रोज रोज सुबह से शामतक | १०५ |
| ७४ | परमपिता, तुम्हें प्रणाम करके | १०७ |
| ७५ | मेरा स्थान छोटा है | ११० |
| ७६ | हे परमेश्वर, तुमने हमें उत्तम | ११२ |
| ७७ | हमारे पास सोना चांदी | ११४ |
| ७८ | भगवान, आज मैं एक दावत में... | ११५ |
| ७९ | बातें करना आसान है | ११७ |
| ८० | दुःख के कांटे हमें | ११८ |
| ८१ | ऐसा कहा गया है | १२० |
| ८२ | कष्टों के घोर वनमें | १२२ |
| ८३ | यों तो हर नया दिन (जन्मदिन पर) | १२५ |

| | | |
|---|---|---|
| ८४ | परमपिता हमारे जीवनमें (विवाह प्रसंगपर) | १२८ |
| ८५ | मैं प्रार्थना करता हूं (माता–पिता की प्रार्थना) | १३१ |
| ८६ | प्रभु, आज, मैं तुम्हारे पास (स्वजन की बीमारीमें) | १३२ |
| ८७ | यह बड़ी विड़ंबना है (डॉक्टर की प्रार्थना) | १३३ |
| ८८ | आयु की शाखासे (असह्य शारीरिक स्थितिमें) | १३५ |
| ८९ | बीमार हूँ (गंभीर बीमारीमें) | १३७ |
| ९० | भगवान, अब मैं वृद्ध हो चुका हूँ (वृद्धावस्थामें ) | १३९ |
| ९१ | आखिरः तो हम मनुष्य ही हैं (स्वजन के न रहने पर ) | १४१ |
| ९२ | एक छोटे से परिवार (गृहस्थ की प्रार्थना ) | १४३ |
| ९३ | प्रभु, मुझे एक ऐसा पुत्र (पिता की प्रार्थना ) | १४५ |
| ९४ | पृथ्वी पर मेरे ये ( आखिरी दिनों में) | १४७ |
| ९५ | धूप–छांव से भरे जीवन (चिरविदा की बेला में ) | १४९ |
| ९६ | इस पृथ्वी को तुमने | १५१ |
| ९७ | हमारी प्रार्थना इसलिए नहीं | १५२ |
| ९८ | मेरी प्रार्थना के शब्द | १५३ |
| ९९ | शब्दों की यह दीर्घ यात्रा | १५४ |
| १०० | ॐ द्यौ शांतिः | १५५ |
| १०१ | सर्वेऽत्र सुखिनः सन्तु | १५६ |

- अपनी छोटी बड़ी निर्बलताओं को देखकर
  मैं हताश न होऊँ
  और दूसरों से अपनी उच्चतर शक्ति देखकर
  घमण्ड न करूँ,
  किंतु अपनी निर्बलता को दूर करने का
  प्रयत्न करूँ, और
  शक्ति को पचाने का बल पाऊँ

- सुख के दिनों में स्वयं के इर्द–गिर्द
  स्वार्थ की दीवार न खड़ी करूँ
  और दुःख के दिनों में
  विशाल हरियाले मैदानों को याद रखूँ

- दुनिया मुझे जो कुछ दे
  उसे कृतज्ञभाव से ग्रहण करूँ
  और सांझ ढले स्वयं से पूछूँ :
  आज तुमने किसी को
  आनंद का क्षण दिया है कि नहीं ?

- मेरे आस–पास भीषण हत्याकांड
  चल रहा हो तब भी
  एक खिलते हुए फूल को
  देखना मैं चूकूँ नहीं ।

- सब कुछ मेरा है – ऐसा मानकर जीवन का स्वीकार करूँ
  मेरा कुछ भी नहीं है – यह मानकर,
  मृत्यु के लिए तैयार रहूँ ।

म .